

**PERBEDAAN METODE LATIHAN KESELURUHAN DAN BAGIAN TERHADAP
KEMAMPUAN SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI
PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SISWA PUTRA
USIA 9-12 TAHUN SD NEGERI WONOSIDO
PITURUH PURWOREJO**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh :
Galih Setiawan
NIM. 09604224073**

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

**PERBEDAAN METODE LATIHAN KESELURUHAN DAN BAGIAN TERHADAP
KEMAMPUAN SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI
PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SISWA PUTRA
USIA 9-12 TAHUN SD NEGERI WONOSIDO
PITURUH PURWOREJO**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh :
Galih Setiawan
NIM. 09604224073**

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Metode Latihan Keseluruhan dan Bagian terhadap Kemampuan Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli Mini pada Peserta Ekstrakurikuler Siswa Putra Usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo” ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 1 April 2013
Dosen Pembimbing,

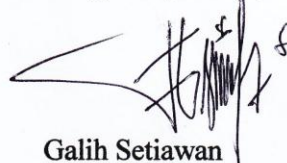


Sri Mawarti, M.Pd
NIP. 19590607 198703 2 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 31 Maret 2013
Yang menyatakan,



Galih Setiawan
NIM. 09604224073

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Metode Latih Keseluruhan dan Bagian terhadap Kemampuan Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli Mini pada Peserta Ekstrakurikuler Siswa Putra Usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo” telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 29 April 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sri Mawarti, M.Pd	Ketua		16/5/13
Komarudin, M.A	Sekretaris / Anggota II		15/5/13
Bambang Priyonoadi, M.Kes	Anggota III		14/5/13
Jaka Sunardi, M.Kes	Anggota IV		13/5/13

Yogyakarta, Mei 2013

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan



Drs. Kumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

- Kemarin penuh angan-angan
- Hari ini jadi kenyataan
- Esok penuh harapan
- Hidup ini tak semudah membalikkan telapak tangan, tak semudah bibir mengucap, hidup adalah suatu ujian dan tantangan yang harus diperjuangkan, kesuksesan merupakan harapannya dan jawaban atas usaha yang dilakukan.

Aku mengamati semua sahabat, dan tidak menemukan sahabat yang lebih baik daripada menjaga lidah. Saya memikirkan tentang semua pakaian, tetapi tidak menemukan pakaian yang lebih baik daripada takwa. Aku merenungkan tentang segala jenis amal baik, namun tidak mendapatkan yang lebih baik daripada memberi nasihat baik. Aku mencari segala bentuk rezki, tapi tidak menemukan rezki yang lebih baik daripada sabar.

Khalifah ‘Umar

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

- Allah SWT yang telah memberiku nafas dan kehidupan sampai saat ini dan selalu melindungiku, Thanks God !!!
- Ayah dan Ibu tercinta yang telah mendukung dan mendoakan setiap langkahku.
- Teman-teman yang telah menemaniku dalam suka dan duka.

**PERBEDAAN METODE LATIHAN KESELURUHAN DAN BAGIAN TERHADAP
KEMAMPUAN SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI
PADA PERSERTA EKSTRAKURIKULER SISWA PUTRA
USIA 9-12 TAHUN SD NEGERI WONOSIDO
PITURUH PURWOREJO**

Oleh

Galih Setiawan
09604224073

ABSTRAK

Sejauh ini belum diketahui bagaimana pengaruh metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah bola voli mini pada siswa putra usia 9 – 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah bola voli mini pada siswa putra usia 9 – 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo. (2) Metode an yang lebih efektif antara metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah bola voli mini pada siswa putra usia 9 – 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Populasi dan sampel dalam penelitian ini siswa putra usia 9 – 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo berjumlah 20 orang. Keseluruhan populasi dijadikan sampel penelitian, sehingga penelitian ini penelitian populasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes kemampuan servis bawah bola voli dari *AAHPER serving accuracy test* yang telah dimodifikasi. Analisis yang digunakan adalah statistik deskriptif dan uji t; dengan taraf kepercayaan. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t pada taraf signifikan 0,05%.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan sebagai berikut: (1) Tidak ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah bola voli mini pada siswa putra usia 9 – 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo. (t hitung sebesar 0,930 dengan nilai sig. $0,365 > 0,05$). (2) Metode latihan bagian lebih efektif pengaruhnya daripada keseluruhan terhadap kemampuan servis bawah bola voli mini pada siswa putra usia 9 – 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo. Kelompok 1 (kelompok metode latihan keseluruhan) memiliki peningkatan sebesar 2.900%. Sedangkan kelompok 2 (kelompok metode latihan bagian) memiliki peningkatan sebesar 11.700%.

Kata kunci : metode latihan, servis bawah, bola voli

KATA PENGANTAR

Puji syukur hanya milik Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, atas segala karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Metode Latihan Keseluruhan dan Bagian terhadap Kemampuan Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli Mini pada Peserta Ekstrakurikuler Siswa Putra Usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo”.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini disampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rohmat Wahab, M.Pd, M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk dapat menyelesaikan program studi.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, MS., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Sriawan, M.Kes., Ketua Program Studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Ibu Sri Mawati, M.Pd., selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu disela-sela kesibukanya yang padat telah memberikan arahan, masukan, saran, dorongan serta dengan sabar membimbing sehingga selesainya skripsi ini.

5. Bapak/Ibu Dosen, yang telah memberikan bimbingan dan Ilmu yang bermanfaat. Seluruh staf karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan pelayanan yang bagus untuk kelancaran penulisan skripsi ini.
6. Bapak Maino, S.Pd., Kepala SD Negeri Wonosido yang telah memberikan ijin untuk pengambilan data.
7. Guru dan karyawan SD Negeri Wonosido yang telah memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi.
8. Siswa SD Negeri Wonosido yang berpartisipasi aktif selama penelitian.
9. Keluarga besar saya Bapak, Ibu, dan Adik yang memberikan energi dan semangat dalam keseharian.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga bantuan baik bersifat moral maupun materil selama penelitian sehingga selesainya skripsi ini, dapat menjadi amal baik dan ibadah, serta mendapatkan imbalan yang layak dari Allah SWT.

Dengan segala keterbatasan pengetahuan, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Yogyakarta, Maret 2013
Penulis,

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
PESEMPAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
 BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	 9
A. Kajian Teori.....	9
1. Metode.....	9
2. Metode TGFU dan Bermain.....	11
3. FITT.....	12
4. Landasan Ekstrakurikuler.....	14
5. Latihan Servis Bawah dengan Metode Keseluruhan.....	17

a. Metode Keseluruhan.....	18
b. Pelaksanaan Latihan Servis Bawah.....	19
c. Kelebihan dan Kelemahan Servis Bawah.....	20
6. Latihan Servis Bawah dengan Metode Bagian.....	22
a. Metode Bagian.....	22
b. Pelaksanaan Latihan Servis Bawah.....	23
c. Kelebihan dan Kelemahan Servis Bawah.....	25
7. Permainan Bola voli.....	26
a. Pengertian Permainan Bola Voli.....	26
b. Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	27
c. Taktik Permainan Bola Voli.....	30
d. Kelebihan dan Kelemahan Permainan Bola Voli.....	30
e. Fungsi Permainan Bola Voli.....	31
8. Servis Bola voli.....	32
a. Fungsi Servis.....	32
b. Servis Bawah.....	34
c. Teknik Servis Bawah.....	35
d. Kesalahan yang sering terjadi dalam Servis bawah.....	35
9. Karakteristik Siswa Usia 9 – 12 Tahun.....	37
B. Penelitian Relevan.....	38
C. Kerangka Berpikir.....	40
D. Hipotesis Penelitian.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Desain Penelitian.....	43
B. Definisi Operasional Variabel.....	46
C. Subjek Penelitian.....	47
D. Instrumen dan Teknik Pengambilan Data.....	47
E. Teknik Analisis Data.....	51

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Statistik Deskriptif.....	54
B. Analisis Data.....	59
1. Uji Prasyarat.....	60
2. Uji Hipotesis.....	61
C. Pembahasan.....	65
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	 67
A. Kesimpulan.....	67
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	67
C. Keterbatasan penelitian.....	68
D. Saran.....	68
 DAFTAR PUSTAKA.....	 69
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Statistik Kemampuan Awal Metode Keseluruhan.....	54
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Awal Metode Keseluruhan.....	54
Tabel 3. Deskripsi Statistik Kemampuan Awal Metode Bagian.....	55
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Awal Metode Bagian.....	56
Tabel 5. Deskripsi Kemampuan Akhir Metode Keseluruhan.....	57
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Akhir Metode Keseluruhan.....	57
Tabel 7. Deskripsi Statistik Kemampuan Akhir Metode Bagian.....	58
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kemampuan Akhir Metode Bagian.....	59
Tabel 9. Uji Normalitas.....	60
Tabel 10. Uji Homogenitas Data.....	61
Tabel 11. Uji T Perbandingan Kemampuan servis Awal.....	62
Tabel 12. Uji T Pretest-Posttest Kemampuan Servis Bawah.....	63
Tabel 13. Perbandingan Kemampuan Akhir Servis Bawah.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Modifikasi AAHPER Lapangan Tes Servis.....	49
Gambar 2. Histogram Kemampuan Awal Metode Keseluruhan.....	55
Gambar 3. Histogram Kemampuan Awal Metode Bagian.....	56
Gambar 4. Histogram Kemampuan Akhir Metode Keseluruhan.....	58
Gambar 5. Histogram Kemampuan Akhir Metode Bagian.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Ijin Penelitian.....	71
Lampiran 2.	Daftar Kehadiran.....	76
Lampiran 3.	Petunjuk Pelaksanaan Ambil Data.....	77
Lampiran 4.	Data Penelitian.....	79
Lampiran 5.	Paket Pembelajaran (RPP).....	82
Lampiran 6.	Deskripsi Data.....	100
Lampiran 7.	Distribusi Frekuensi.....	101
Lampiran 8.	Uji Normalitas.....	103
Lampiran 9.	Uji Homogenitas.....	104
Lampiran 10.	Uji T dua Metode.....	105
Lampiran 11.	Uji T Pretest-Posttest.....	106
Lampiran 12.	Dokumentasi Kegiatan.....	107

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan faktor utama dalam pembentukan pribadi manusia. Pendidikan dan belajar saat ini banyak diidentikan dengan sekolah. Kegiatan belajar yang berlangsung di sekolah yang bersifat formal, disengaja direncanakan dengan bimbingan guru dan bentuk pendidik lainnya. Apa yang hendak dicapai dan dikuasai oleh siswa dituangkan dalam tujuan belajar, dipersiapkan bahan yang harus dipelajari, dipersiapkan juga metode yang sesuai dan dilakukan evaluasi untuk mengetahui kemajuan belajar siswa.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan nasional. Tujuan akhir dari pendidikan jasmani harus selaras dengan tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Melalui pendidikan jasmani diharapkan bisa merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa.

Olahraga di sekolah dipandang sebagai alat pendidikan yang mempunyai peran penting terhadap pencapaian tujuan belajar mengajar secara keseluruhan. Olahraga sebagai pendidikan atau dengan istilah pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang wajib diajarkan baik di SD, SMP, SMA maupun SMK. Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, merangsang

perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Pentingnya peranan pendidikan jasmani di sekolah maka harus diajarkan secara baik dan benar. Siswa Sekolah Dasar (SD) merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan. Oleh karena itu, dalam membelajarkan pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Untuk mencapai hal tersebut, maka materi-materi dalam pendidikan jasmani dari sekolah tingkat paling rendah hingga atas telah diatur dalam kurikulum pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan proses yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif serta sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Oleh karena itu pendidikan jasmani yang ada di sekolah dalam pelaksanaannya diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan psikomotor, kognitif, dan afektif bagi setiap siswa. Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu siswa mengetahui mengapa manusia dapat bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif.

Permainan bola voli dapat dipakai sebagai sarana pembentukan individu secara harmonis antara perkembangan jasmani dan rohani. Perkembangan jasmani dimaksudkan untuk membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan serta kemampuan jasmani yang menangkut kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelenturan dan sebagainya. Perkembangan jasmani dari segi kejiwaan, kepribadian, dan

karakter akan tumbuh kearah yang positif sesuai dengan tuntutan masyarakat (Suharno HP, 1984 : 1)

Teknik dasar servis mempunyai peranan penting dalam permainan bola voli. Berdasarkan jenisnya, servis bola voli dibedakan menjadi dua macam yaitu servis bawah dan servis atas. Pentingnya peranan servis maka harus diajarkan kepada siswa agar siswa memahami dan menguasainya, sehingga dapat melakukanservis dengan baik dan benar.

Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian dalam praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli (Suharno, 1984 : 12). Teknik ini erat sekali hubungannya dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik, dan mental. Teknik dasar bola voli harus dikuasai terlebih dahulu, guna dapat mengembangkan mutu prestos permainan bola voli.

Seperti cabang olahraga lainnya, nola voli mempunyai teknik dasar. Adapun teknik dasar permainan bola voli yang diajarkan di sekolah menurut Suharno HP (1984 : 14) adalah sebagai berikut :

1. Teknik pass atas
2. Teknik pass bawah
3. Teknik umpan
4. Teknik smash
5. Teknik servis
6. Teknik bendungan

Servis bawah merupakan salah satu jenis servis bola voli yang paling sederhana dan mudah dilakukan terutama bagi pemula termasuk siswa SD. Kemampuan teknik dasar servis bawah bola voli merupakan hal terpenting untuk kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Siswa yang mengikuti kegiatan

ekstrakurikuler mempunyai kemampuan yang berbeda-beda, karena tidak semua siswa putra usia 9 – 12 tahun peserta ekstrakurikuler mengetahui dan mempraktikkan teknik dasar servis bawah dalam permainan bola voli, dari hal tersebut perlu adanya pemahaman teknik dasar sehingga hasilnya membaik. Menurut Sugiyanto (1998: 247) bahwa, "Cara-cara atau metode yang sering digunakan dalam pengajaran gerak olahraga ada beberapa macam, di antaranya adalah: (1) metode praktik keseluruhan, (2) metode praktik bagian, (3) metode drill, (4) metode pemecahan masalah, (5) pendekatan ketepatan dan (6) pendekatan kecepatan".

Banyaknya metode latihan gerak olahraga menuntut seorang guru harus cermat dalam memilih dan menentukan metode mengajar. Metode latihan keseluruhan dan bagian merupakan metode mengajar gerak olahraga yang memiliki karakteristik yang berbeda. Penerapan metode latihan tersebut di dasarkan pada jenis keterampilan yang dipelajari memiliki unsur gerakan yang sulit atau sederhana. Selain itu, keberadaan siswa juga merupakan faktor yang penting dan harus diperhatikan dalam menerapkan metode latihan, apakah siswa telah memiliki keterampilan yang baik ataukah belum. Untuk mengetahui hal tersebut, maka perlu dikaji dan diteliti secara lebih mendalam baik secara teori maupun praktik melalui penelitian eksperimen.

Masih rendahnya kemampuan servis bawah tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya, apakah penguasaan teknik servis bawah belum baik, kemampuan fisik belum baik, ataukah metode mengajar yang dilaksanakan kurang tepat. Kondisi yang demikian seorang guru harus

mampu mengevaluasi dari semua faktor baik dari pihak guru sendiri atau pun dari pihak siswa.

Siswa sekolah dasar pada umumnya yang belum menguasai teknik servis bawah, merasa belum siap bahkan belum memiliki kekuatan yang memadai, sehingga mengalami kesulitan untuk melakukan servis bawah. Ini biasanya dialami oleh anak-anak kurang senang dengan olahraga. Kurangnya sarana seperti bola mini, bola lunak, metode pembelajaran yang kurang efektif merupakan faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya kemampuan servis bawah bola voli. Selain itu, jarang sekali seorang guru menciptakan variasi-variasi pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan siswanya. Hal ini perlu diperhatikan dalam pembelajaran keterampilan terutama untuk anak pemula. Kondisi yang tidak memungkinkan untuk membelajarkan siswa dengan sarana yang ada, menuntut guru berkreaitivitas agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

Dengan menyadari arti pentingnya servis dalam permainan bola voli, serta bahwa latihan bola voli akan semakin baik apabila dilakukan semenjak dini, maka perlu dikaji teknik servis bawah terbaik yang biasa diterapkan kepada siswa. Berkaitan dengan hal tersebut, untuk mengetahui bagaimana pengaruh metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah bola voli, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, “Perbedaan Metode Latihan Keseluruhan dan Bagian terhadap Kemampuan Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli Mini pada Peserta Ekstrakurikuler Siswa Putra Usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Siswa masih takut melakukan servis bawah bola voli karena tangan terasa sakit, terutama bagi anak yang kurang senang dengan olahraga.
2. Metode melatih yang digunakan dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri Wonosido kurang bervariasi.
3. Masih rendahnya kemampuan servis bawah siswa.
4. Belum diketahui metode latihan yang lebih baik dan efektif antara metode keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada peserta ekstrakurikuler siswa putra usia 9 - 12 tahun.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini sangat luas dan kompleks, maka perlu pembatasan masalah. Penelitian ini hanya membahas masalah tentang perbedaan metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada peserta ekstrakurikuler siswa putra usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.

D. Rumusan Masalah

Bertolak dari batasan masalah tersebut, dapat ditarik suatu rumusan masalah dalam penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Adakah perbedaan metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada peserta ekstrakurikuler siswa putra usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo?
2. Manakah yang lebih efektif antara metode latihan keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada peserta ekstrakurikuler siswa putra usia 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Negeri Wonosido Pituruh Purworejo?

E. Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui :

1. Perbedaan metode pembelajaran keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada siswa putra usia 9 -12 tahun Sekolah Dasar Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.
2. Metode mana yang lebih efektif antara metode pembelajaran keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada siswa putra kelas 9 - 12 tahun Sekolah Dasar Negeri Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat antara lain :

1. Secara Teoritis
 - a) Dapat digunakan bagi peneliti-peneliti berikutnya dalam kasus yang sama maupun tidak sama yang masih relevan.

2. Secara Praktis

- a) Bagi sekolah diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan pertimbangan dalam menentukan program-program tambahan pembelajaran pendidikan jasmani.
- b) Bagi guru peningkatan servis bawah dengan metode pembelajaran keseluruhan dan bagian dapat memperbaiki program efektifitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang maksimal.
- c) Bagi siswa, mendapat pengalaman baru dan pembelajaran servis bawah dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan dan bagian, sehingga dapat meningkatkan kemampuannya.
- d) Bagi peneliti, dapat menambah wawasan dan pengetahuan untuk dapat dikembangkan lebih lanjutserta dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki kinerja diri sendiri pada saat mengajar.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Metode

Dalam dunia pendidikan persoalan tentang metode sangat penting artinya bagi proses belajar mengajar, karena metode merupakan penghubung antara guru dan murid, antara pendidik dan anak didik atau sebaliknya. Metode merupakan sarana penyalur dan pengaruh secara timbal balik antara guru dan murid, pendidik dan anak didik, sebagai umpan balik dari hasil pendidikan. Banyak persoalan dalam belajar yang sering dijumpai seperti murid sulit menghadapi materi yang disampaikan oleh guru, murid tidak menyenangi mata pelajaran-mata pelajaran tertentu, pelajaran yang disampaikan menjemukan, sukar dipahami, terlalu membosankan dan kesannya kurang menarik. Apabila prinsip-prinsip metodologi pendidikan diaplikasikan dalam proses penyajian, maka hasil yang positif akan dicapai, di samping akibat-akibat negatif dapat dihindarkan.

Metode atau metodik berasal dari kata *metodos* (Bahasa Yunani), *Meta* dan *Kodo* (jalan). Artinya mengajar, menyelidiki, cara melakukan sesuatu, prosedur-prosedur. Berkaitan dengan metode mengajar Nana Sudjana (2005: 76) bahwa, “Metode mengajar ialah cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran”. Sedangkan M. Sobry Sutikno (2009: 88) menyatakan, “Metode mengajar adalah cara-cara menyajikan materi pelajaran yang dilakukan oleh

pendidik agar terjadi proses pembelajaran pada diri siswa dalam upaya untuk mencapai tujuan”.

Berdasarkan pengertian metode pembelajaran yang dikemukakan dua ahli tersebut dapat disimpulkan, metode pembelajaran merupakan suatu cara atau startegi yang dilakukan oleh seorang guru agar terjadi proses belajar pada diri siswa untuk mencapai tujuan. Oleh karena itu guru dituntut harus mampu menguasai teknik penyajian bahan pelajaran yang lebih baik dalam melaksanakan proses belajar mengajar.

Banyak metode mengajar (keterampilan gerak) yang telah disajikan, di antaranya sebagai berikut: Metode Global atau Metode Keseluruhan (Whole Method), Metode Bagian atau Part Method,. Metode gobal atau metode keseluruhan (whole method) adalah: suatu cara mengajar yang beranjak dari yang umum ke yang khusus, dalam pengajaran keterampilan gerak, maka bentuk yang utuh atau keseluruhan diajarkan terlebih dahulu kemudian dipecah-pecah menjadi bagian-bagian. Penguraian atas bagian-bagian baru dilakukan, apabila bentuk keseluruhan sudah dikenal atau dihayati. Sedangkan metode bagian atau part method adalah suatu cara mengajar yang beranjak dari suatu bagian kepada yang keseluruhan, atau dari yang khusus ke yang umum. Dalam mengajarkan keterampilan gerak dimulai dari bagian unit terkecil dari bentuk keterampilan, apabila bagian-bagian tersebut telah dikuasai dengan sempurna, baru digabungkan menjadi suatu kesatuan.

2. Metode TGFU dan Bermain

Model pembelajaran Teaching Games For Understanding (TGFU) adalah suatu pendekatan pengajaran permainan yang berpusat pada pemahaman tentang permainan untuk mengapresiasi kesenangan bermain sehingga mendorong keinginan anak untuk belajar teknik bermain dan meningkatkan penampilan bermainnya.

Dalam hal ini, model pembelajaran TGFU sebagai ilmu baru yang mempunyai tujuan untuk meningkatkan keterampilan melalui pemecahan masalah dan kesadaran taktis dalam permainan bola tangan serta dapat menumbuhkan minat siswa untuk berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas gerak. Model pembelajaran TGFU sangat mungkin diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang akan membawa siswa pada pengembangan diri yang lebih baik mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotor maupun spiritual dan selaras dengan tujuan pendidikan jasmani itu sendiri maupun tujuan pendidikan pada umumnya.

Menurut Yudha (2001: 6), bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan sedangkan menurut Sukintaka (1992: 76) bermain merupakan suatu bentuk kegiatan yang sangat disenangi oleh anak. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih melatih. Bermain dapat dilakukan siapa saja dan kapanpun, menurut Sukintaka (1992: 1) bermain telah menjadi kenyataan merupakan gejala yang menyebar luas dalam

macam-macam kalangan masyarakat. Baik golongan anak-anak, remaja, orang dewasa, laki-laki maupun perempuan.

Bermain yang dilakukan secara tertata, mempunyai manfaat yang besar bagi perkembangan anak. Anak akan merasa senang karena dapat bermain. Adanya hasrat dan keinginan untuk bergerak menyebabkan anak merasa sedih apabila tidak bisa bergerak. Dalam lingkungan jam pelajaran sekolah ataupun lingkungan diluar jam pelajaran (ekstrakurikuler) anak-anak akan tetap bermain, karena disana banyak teman-teman yang sebaya dan memungkinkan untuk mereka bermain kelompok.

Jadi bermain itu melibatkan sekelompok orang yang mempunyai tujuan, terutama pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SD Negeri Wonosido. Ekstrakurikuler bola voli merupakan cabang olahraga beregu yang memiliki karakteristik permainan. Bola voli yang mengandung unsur-unsur yang ada didalamnya, untuk bisa bermain bola voli diharuskan dapat menguasai teknik-teknik dasar bermain seperti teknik dasar servis bawah.

3. Frekuensi, Intensitas, Time, Tipe (FITT)

Seorang guru atau pelatih mampu memahami dan menyusun rencana program (sesi) olahraga / aktivitas jasmani bagi anak umur sekolah dasar. Selain itu juga dapat memahami karakteristik anak umur sekolah dasar, serta mampu menentukan (FITT) frekuensi, intensitas, *time* / waktu dan *tipe* / bentuk aktivitas jasmani sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar dalam rangka meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan kesehatan dan kebugarannya.

Menurut Dwiyo dan Sulistyorini (1991:70) frekuensi latihan diartikan sebagai jumlah latihan yang dilakukan setiap minggunya. Untuk mendapatkan hasil yang baik, maka latihan hendaknya dilakukan 3 kali dalam seminggu agar mendapat efek latihan yang diharapkan. Seorang guru harus menentukan frekuensi latihan dengan baik sesuai porsi atau kemampuan seorang anak, serta dapat mengevaluasi tingkat kesehatan dan kebugaran anak didik. Sejalan dengan pertumbuhan fisik anak semakin tinggi dan semakin besar maka kemampuan fisikpun meningkat. Beberapa macam kemampuan fisik yang cukup nyata perkembangannya pada masa anak adalah kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, dan koordinasi gerak.

Intensitas adalah takaran yang menunjukkan kadar / tingkatan pengeluaran energi seorang olahragawan dalam aktivitas jasmani baik dalam latihan maupun pertandingan. Jadi intensitas secara sederhana dapat dirumuskan sebagai usaha yang dilakukan oleh seseorang anak dengan penuh semangat untuk mencapai tujuan. Namun usaha yang dilakukan harus sesuai dengan kemampuan anak.

Menurut Suharto (1997:98) menyatakan bahwa intensitas latihan merupakan komponen kualitatif yang mengacu pada jumlah kerja yang dilakukan dalam suatu unit waktu tertentu. Intensitas latihan dapat diklasifikasikan tinggi rendahnya berdasarkan beberapa indikator, antara lain: 1) berdasarkan persentase kecepatan dan kekuatan yang digunakan dalam latihan, 2) berdasarkan jumlah denyut nadi dalam mereaksi beban latihan.

Selain itu waktu (*time*) juga sangat penting yaitu untuk menentukan lamanya latihan. Waktu yang efektif khususnya ekstrakurikuler dilakukan minimal 12 kali pertemuan. Latihan fisik pada intensitas yang lebih besar maka waktu yang dibutuhkan lebih pendek, dan jika intensitas latihan fisik lebih kecil maka waktu latihan yang dibutuhkan lebih lama, agar menghasilkan latihan yang lebih baik

Untuk memilih tipe aktivitas / latihan tidak kalah penting, yaitu memilih latihan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Khususnya untuk anak sekolah dasar aktivitas yang digunakan yaitu dengan menggunakan metode bermain (TGfU). Bermain yang dilakukan secara tertata, mempunyai manfaat yang besar bagi perkembangan anak. Adanya hasrat dan keinginan untuk bergerak menyebabkan anak merasa senang. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih melatih.

4. Landasan Ekstrakurikuler

Depdiknas (2004:1) dalam Tri Hastuti (2008: 63) ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran yang terkait. Menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta lebih untuk memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar.

Rumusan tentang pengertian ekstrakurikuler juga terdapat dalam SK Dirjen Dikdasmen dalam Tri Hastuti (2008: 64) yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan siswa, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Menurut Sarifudin (1982: 33) bahwa program ekstrakurikuler dapat menunjang tercapainya pendidikan, dimana hal-hal yang tidak dapat diselesaikan dalam program yang telah ditentukan dalam jam-jam pelajaran sekolah, dapat diberikan pada jam-jam diluar sekolah. Selain itu ekstrakurikuler mempunyai tujuan sebagai berikut:

- a. Membina minat dan bakat siswa.
- b. Sebagai wadah sekolah, dengan aktifnya siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler secara otomatis siswa telah membentuk wadah-wadah yang didalamnya akan terjalin komunikasi antar anggota dan sekaligus dapat belajar dalam mengorganisir setiap kegiatan ekstrakurikuler.
- c. Pencapaian prestasi yang optimal, beberapa cabang ekstrakurikuler baik secara perorangan maupun kelompok diharapkan dapat meraih prestasi yang optimal, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.
(<http://ekskulabsky.multipplay.com>)

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan bakat siswa dalam bidang tertentu, selain itu juga untuk membantu memahami mengenai suatu hal yang tidak dapat dimengerti saat jam

pelajaran. Sehingga dalam permainan bola voli tidak semua siswa dapat maksimal pada jam pelajaran, dikarenakan keterbatasan waktu atau jam pelajaran sehingga untuk mendapatkan atau menambah pengetahuan tentang bola voli terutama servis bawah perlu penambahan waktu di luar jam pelajaran.

Sebagai seorang guru atau pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler harus memahami prinsip-prinsip dasar latihan yang tepat bagi siswa.

Prinsip-prinsip latihan yang harus dilakukan sebagai berikut:

- a. Sistematis: berencana, menurut jadwal, menurut pola pada system tertentu, metodis dari muda ke sukar, dari sederhana ke yang lebih komplek, latihan teratur.
- b. Berulang-ulang: ialah agar gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan menjadi semakin mudah, otomatis, dan efektif pelaksanaannya sehingga menghemat energi.
- c. Kian hari ditambah bebannya: ialah setiap kali, secara periodik, dan manakala sudah tiba saatnya untuk ditambah, bebannya harus diperberat, kalau beban tidak pernah bertambah maka prestasinyaapun tidak akan meningkat.
- d. Prinsip beban lebih: adalah prinsip latihan yang menekankan pembebanan yang lebih berat daripada yang mampu dilakukan oleh atlet. (<http://bhobob.blogspot.com/pembangunan-program-latihan-kebugaran.html>)

Selain prinsip melatih juga harus memperhatikan intensitas latihan dan frekuensi latihan. Intensitas latihan adalah takaran yang menunjukkan kadar / tingkatan pengeluaran energi seorang olahragawan dalam aktivitas jasmani baik dalam latihan maupun pertandingan. Apabila tidak memperhatikan intensitas latihan energi yang dikeluarkanpun tidak terkontrol dan hasilnya tidak optimal.

Menurut Dwiyigi dan Sulistyorini (1997: 70) frekuensi latihan diartikan sebagai jumlah latihan yang dilakukan setiap minggunya. Untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani yang baik, maka latihan hendaknya dilakukan minimal 3 kali dalam seminggu agar mendapat efek latihan yang diharapkan. Apabila latihannya kurang 2 kali seminggu maka akan kurang mendapatkan efek latihan yang diharapkan. Seperti halnya dalam penelitian ini dilakukan 2 kali pertemuan dalam 1 minggu agar efek latihan yang diharapkan terlihat.

5. Latihan Servis Bawah Bola Voli Mini dengan Metode Keseluruhan

Permainan bola voli mini merupakan suatu bentuk permainan bola voli yang dimainkan di lapangan yang kecil, ukuran lapangan, tinggi net dan jumlah pemain tidak seperti pada permainan bola voli standar. Berkaitan dengan permainan bolavoli mini PBVSI (1995: 56&73) dijelaskan:

Permainan bola voli mini adalah permainan bola voli yang dimainkan di atas lapangan kecil dengan empat pemain tiap-tiap tim dan mempergunakan peraturan sederhana. Adapun ukuran lapangan 12 m, lebar 5,5 m dan garis serang 2 m dari garis tengah, tinggi net untuk putra 2,10 m, untuk putri 2 m dan panjang net 7 m. Pertandingan dengan sistem dua set kemenangan 2-0, 2-1. Bola yang digunakan bola ukuran nomor 4, garis tengah 22-24 cm, berat 230-250 gram.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, permainan bola voli mini merupakan permainan bola voli dengan ukuran lapangan permainan yang lebih kecil dibandingkan dengan lapangan permainan *standart*. Selain itu, ketinggian net dan ukuran berat bola juga berbeda. Untuk dapat bermain bola voli mini dengan baik, maka harus menguasai macam-macam teknik dasar bola voli. Upaya membelajarkan macam-

macam teknik dasar permainan bola voli mini dapat diterapkan dengan metode keseluruhan.

a. Metode Keseluruhan

Metode keseluruhan merupakan bentuk latihan suatu keterampilan yang pelaksanaannya dilakukan secara utuh dari keterampilan yang dipelajari. Berkaitan dengan metode keseluruhan Sugiyanto (1996: 67) menyatakan, “Metode keseluruhan adalah cara pendekatan dimana sejak awal pelajar diarahkan untuk mempraktikkan keseluruhan rangkaian gerakan yang dipelajari”. Menurut Andi Suhendro (1999: 3.56) bahwa, “Metode keseluruhan adalah metode yang menitik beratkan kepada keutuhan dari bahan pelajaran yang ingin disampaikan”.

Berdasarkan dua pendapat tersebut dapat disimpulkan, metode keseluruhan merupakan cara mengajar yang menitik beratkan pada keutuhan dari keterampilan yang dipelajari. Dalam metode keseluruhan, siswa dituntut melakukan gerakan keterampilan yang dipelajari secara keseluruhan tanpa memilah-milah bagian-bagian dari keterampilan yang dipelajari. Metode keseluruhan pada umumnya diterapkan untuk mempelajari suatu keterampilan yang sederhana. Seperti dikemukakan Harsono (1988: 142) bahwa, “Apabila keterampilan olahraga yang diajarkan itu sifatnya sederhana dan mudah dimengerti maka keterampilan tersebut sebaiknya diajarkan secara keseluruhan, dan setiap teknik bagian hanya dilatih secara khusus apabila siswa atau subyek selalu membuat kesalahan pada teknik bagian tersebut”. Sedangkan Rusli

Lutan (1988: 411) menyatakan, “Metode keseluruhan memberikan keuntungan maksimal jika yang dipelajari ialah gerakan yang sederhana”.

Metode keseluruhan pada dasarnya sangat cocok atau relevan untuk mempelajari keterampilan yang sederhana. Namun demikian, apabila pada bagian-bagian tertentu terdapat kompleksitas atau gerakan yang sulit, maka dapat diajarkan secara khusus apabila siswa seringkali melakukan kesalahan.

b. Pelaksanaan Latihan Servis Bawah Bola Voli Mini dengan Metode Keseluruhan

Pelaksanaan latihan servis bawah bola voli mini secara keseluruhan yaitu, pertama-tama dijelaskan teknik servis bawah baik dan benar, meliputi sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut. Bagian-bagian gerakan teknik servis bawah dijelaskan secara terperinci dan didemonstrasikan. Pelaksanaan dari masing-masing teknik dasar servis bawah yaitu:

1. Sikap permulaan yaitu: berdiri di daerah servis menghadap ke lapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Bola dipegang pada tangan kiri, tangan kanan boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut agak ditekuk sedikit dan berat badan berada di tengah.
2. Gerakan pelaksanaan yaitu: bola dilambungkan di depan pundak kanan, setinggi 10 sampai 20 cm dan pada saat yang bersamaan

tangan kanan ditarik ke belakang, kemudian diayunkan ke arah depan atas dan mengenai bagian belakang bawah bola.

3. Gerak lanjut yaitu: setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan, dengan melangkahakan kaki kanan ke depan dan segera masuk ke lapangan untuk mengambil posisi dengan sikap siap normal, siap untuk menerima pengembalian atau serangan dari pihak lawan.

Dari penjelasan teknik servis bawah tersebut, apabila siswa telah jelas dan mengerti secara seluruhan, selanjutnya siswa mempraktikkan sesuai dengan contoh dari daerah servis. Dari pelaksanaan latihan servis bawah bola voli mini tentunya akan terjadi kesalahan. Jika terjadi kesalahan, maka guru berkewajiban membetulkan kesalahan tersebut. Kesalahan yang sering dilakukan, harus diberikan penekanan secara khusus agar siswa betul-betul memahami dan tidak mengulang kesalahan tersebut. Setelah kesalahan tersebut dibenarkan, selanjutnya siswa melakukan gerakan servis bawah secara keseluruhan dengan tidak mengulangi kesalahan lagi.

- c. Kelebihan dan Kelemahan Latihan Servis Bawah Bola Voli Mini dengan Metode Keseluruhan

Metode keseluruhan merupakan cara latihan yang mengutamakan keutuhan dari keterampilan yang dipelajari. Siswa memperagakan gerakan servis bawah bola voli mini secara utuh dan dilakukan secara berulang-ulang. Berdasarkan pelaksanaan latihan servis bawah bola voli

mini dengan metode keseluruhan dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya. Kelebihan servis bawah bola voli mini dengan metode keseluruhan antara lain:

1. Merangsang siswa untuk segera memiliki kemampuan servis bawah dengan pantulan yang kuat.
2. Membiasakan siswa untuk melakukan servis dengan jarak yang sesungguhnya, karena sejak awal telah dirangsang untuk melakukan servis dengan jarak yang sesuai dengan peraturan. Hal ini akan menjadikan kemampuan siswa untuk berorientasi terhadap lapangan menjadi lebih baik.
3. Membiasakan siswa untuk melakukan servis dengan kuat, sebab sejak awal telah dirangsang untuk melakukan servis dengan jarak yang relatif jauh, sehingga tidak akan mengalami kesulitan saat bermain bola voli.
4. Bagi siswa yang sudah memiliki dasar penguasaan teknik servis bawah, pembelajaran ini sangat cocok, karena siswa tersebut tinggal melatih ketepatan mengarahkan bola.

Sedangkan kelemahan servis bawah bola voli mini dengan metode keseluruhan antara lain:

1. Bagi siswa pemula khususnya, dalam melakukan pembelajaran ini pada awal pembelajaran tingkat kegagalannya akan sangat besar.
2. Karena servis ini memerlukan tenaga yang cukup besar, maka dalam pembelajaran konsentrasinya hanya tertuju pada penggunaan tenaga,

sedangkan penggunaan teknik servis yang baik dan benar sering terabaikan, sehingga penguasaan terhadap teknik servis bawah yang benar sulit tercapai.

6. Latihan Servis Bawah Bola Voli Mini dengan Metode Bagian

a. Metode Bagian

Metode bagian merupakan bentuk latihan keterampilan yang dilakukan secara bagian per bagian dari keterampilan yang dipelajari. Bentuk keterampilan yang dipelajari dipilah-pilah ke dalam bentuk gerakan yang lebih mudah dan sederhana. Berkaitan dengan metode bagian Sugiyanto (1996: 67) menyatakan, “Metode bagian merupakan cara pendekatan dimana mula-mula siswa diarahkan untuk mempraktikkan sebagian demi sebagian dari keseluruhan rangkaian gerakan, dan setelah bagian-bagian gerakan dikuasai baru mempraktikkannya secara keseluruhan”. Menurut Andi Suhendro (1999: 3.56) bahwa, “Metode bagian adalah satu cara pengorganisasian bahan pelajaran dengan menitik beratkan pada penyajian elemen-elemen dari bahan pelajaran”.

Berdasarkan dua pendapat tersebut dapat disimpulkan, metode bagian merupakan cara mengajar suatu keterampilan olahraga yang dalam pelaksanaannya dilakukan bagian per bagian, dan setelah bagian-bagian keterampilan yang dipelajari dikuasai kemudian dilakukan atau dirangkaian secara keseluruhan.

Metode bagian pada umumnya diterapkan untuk mempelajari jenis keterampilan yang cukup sulit atau kompleks. Harsono (1988: 142) menyatakan, “Pada umumnya guru mengajarkan suatu teknik dengan *part method*, hal ini disebabkan karena: (1) siswa belum banyak tahu mengenai cara melaksanakan teknik atau keterampilan, (2) agar siswa melakukan teknik sesuai dengan keinginan guru”. Menurut Rusli Lutan (1988: 411) bahwa, “Metode bagian atau parsial dapat diterapkan jika struktur gerak agak kompleks, sehingga kemungkinan untuk memperoleh hasil belajar yang maksimum akan diperoleh jika komponen-komponen gerak dilatih”. Sedangkan Sugiyanto (1996: 67) berpendapat, “Yang terpenting untuk dipertimbangkan dalam penerapan metode bagian atau keseluruhan adalah mengenai sifat dari gerakan yang dipelajari yaitu dalam hal tingkat kerumitan organisasi dan tingkat kompleksitas gerakan”.

Berdasarkan tiga pendapat tersebut menunjukkan, metode bagian diterapkan terutama untuk siswa pemula dan belum mengetahui keterampilan yang dipelajari. Di samping itu, metode bagian diterapkan untuk mempelajari keterampilan yang lebih kompleks. Suatu keterampilan akan dikuasai dengan baik, jika tiap-tiap bagian dipelajari secara runtut dan dilakukan secara sistematis dan kontinyu.

b. Pelaksanaan Latihan Servis Bawah Bola Voli Mini dengan Metode Bagian

Metode latihan bagian bentuk latihan suatu keterampilan yang dilakukan dengan memilah-milah dari gerakan keterampilan yang dipelajari. Berdasarkan pengertian metode bagian, maka latihan servis bawah bola voli mini dengan metode bagian yaitu : dari keseluruhan gerakan servis bawah dipilah-pilah bagian per bagian. Setelah bagian-bagian tersebut dikuasai, kemudian digabungkan secara keseluruhan.

Pelaksanaan teknik servis bawah seperti dijelaskan sebelumnya. Namun dalam metode bagian ini dilakukan dengan cara memilah-milah teknik servis bawah. Pelaksanaan latihan servis bawa bola voli mini dengan metode bagian yaitu:

1. Sikap permulaan : pada aba-aba “satu” siswa melakukan sikap dengan kaki kiri di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Pada aba-aba “dua” dari sikap siap selanjutnya tangan kiri seolah-olah memegang dan kaki kanan siap untuk memukul bola diayun dari belakang. Pembelajaran ini dilakukan secara berulang-ulang sampai siswa betul-betul menguasai sikap siap servis bawah dengan benar dan mahir.
2. Pada gerakan pelaksanaan yaitu: dari sikap siap, pada aba-aba “satu” bola yang dipegang tangan kiri dilambungkan dan pada aba-aba “dua” tangan pemukul diayunkan dari belakang ke depan seolah-olah memukul bola yang telah dilambungkan tangan kiri.
3. Sikap gerak lanjut: setelah dari gerakan memukul bola, pada aba-aba “satu” memindahkan kaki kanan ke depan, pada hitungan “dua” masuk ke lapangan permainan dan membuat sikap siap.

Dari bagian-bagian pembelajaran teknik servis bawah tersebut dilakukan secara berulang-ulang dan dilakukan secara bersama-sama yang dipandu oleh seorang guru. Setelah bagian-bagian teknik servis bawah tersebut dikuasai, kemudian digabungkan dari bagian satu ke bagian berikutnya. Setelah rangkaian gerakan servis bawah benar-benar dikuasai, dilanjutkan dengan menggunakan bola. Jika semua gerakan teknik servis bawah benar-benar dikuasai, servis bawah dilakukan dari daerah yang paling dekat yaitu dengan jarak 3 meter atau berada di belakang garis serang, kemudian ditambah terus kebelakang sampai memenuhi jarak yang sebenarnya.

c. Kelebihan dan Kelemahan Latihan Servis Bawah Bola Voli Mini dengan Metode Bagian

Perlu disadari bahwa setiap metode latihan memiliki kelebihan dan kelemahan. Ditinjau dari pelaksanaan servis bawah bola voli mini dengan metode bagian dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya.

Kelebihan servis bawah bola voli mini dengan metode bagian antara lain:

- 1) Siswa dapat menguasai bagian-bagian teknik gerakan servis bawah dengan baik dan benar.
- 2) Siswa dapat terhindar dari kesalahan teknik, karena masing-masing teknik gerakan servis bawah harus dikuasai baru ditingkatkan.

Di samping kelebihan tersebut, servis bawah bola voli mini dengan metode bagian juga memiliki beberapa kelemahan. Kelemahan servis bawah bola voli mini dengan metode bagian antara lain:

- 1) Dibutuhkan waktu yang lebih lama, jika tiap-tiap bagian teknik sulit dimengerti dan dikuasai siswa.
- 2) Untuk mempelajari bagian berikutnya harus bagian sebelumnya betul-betul telah dikuasai, sehingga keterampilan lambat untuk dikuasai.
- 3) Penguasaan terhadap pola gerakan servis secara keseluruhan lambat tercapai, dan membutuhkan adaptasi yang lebih lama untuk menggabungkan dari bagian-bagian teknik servis bawah.
- 4) Dapat menimbulkan rasa bosan atau jenuh, karena keterampilan yang dipelajari terpotong-potong.

7. Permainan Bola Voli

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup banyak penggemarnya dan dari tahun ke tahun mengalami perkembangan yang pesat. Permainan bola voli dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dan masing-masing regu terdiri enam orang pemain. Permainan bola voli dilakukan dengan cara bola dipantulkan sebanyak-banyaknya tiga kali.

Menurut Aip Syafirudin Muhadi (1992:183) “permainan bola voli dimainkan oleh dua regu masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain, setiap regu berusaha untuk dapat memukul dan menjatuhkan bola kedalam lapangan melewati diatas net dan mencegah pihak lawan dapat memukul dan menjatuhkan bola kedalam lapangannya”. Menurut Sukintaka (1982/1983:84) “permainan bola voli ialah memainkan bola

dengan memvoli dan menjatuhkan bola didalam lapangan permainan lawan, menyeberangkan bola lewat jaring dan mempertahankan agar bola tidak jatuh didalam lapangan permainan sendiri”.

Menurut Bonie Robinson (1997:29) bola voli adalah permainan diatas lapangan persegi empat yang lebarnya 900cm dan panjangnya 1.800cm, dibatasi oleh garis-garis lebar 5cm. Ditengah-tengah dipasang jaring yang lebarnya 900cm dari bawah (khususnya anak laki-laki) dan untuk anak perempuan kurang lebih 230cm.

Wikipedia menyebutkan bahwa permainan bola voli dibedakan menjadi 2 yaitu:

1. Permainan Bola voli mini
Adalah permainan memantul-mantulkan bola (to volley) oleh tangan atau lengan dari dua regu bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran–ukuran tertentu.
(http://www.alkobandung.com/indek.php?option=com_content&view=article&id=57:permainan-bola-voli-bagi-anak-usia)
2. Permainan Bola voli Pantai
Adalah variasi dari bola voli yang dimainkan diatas pasir. Dua tim yang dipisahkan oleh jaring memukul bola voli menggunakan lengan atau tangan. Para pemain berusaha untuk memukul bola melewati atas jaring agar memasuki lantai di daerah lawan, serta harus mencegah bola jatuh di daerah mereka sendiri.
(http://id.Wikipedia.org/wiki/voli_pantai)

b. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Perkembangan teknik diarahkan pada peningkatan keterampilan gerak. Teknik merupakan bagian permainan dalam bola voli dalam melakukannya dituntut aktivitas jasmani. Teknik permainan ini harus dikuasai benar, sebab bila salah dalam melakukannya, maka pemain tersebut dianggap melakukan kesalahan. Jadi penguasaan teknik yang

baik sangat menentukan prestasi pemain merupakan penentu kemenangan (Sukintaka, 1979 : 38).

Menurut G. Durrwatcher (1984: 5) teknik permainan bola voli sedikitnya ada 5 meliputi:

1. *Passing* bawah

Menurut M. Yunus (1992:79) *passing* bawah adalah teknik dasar memainkan bola dengan menggunakan kedua tangan , yaitu perkenaan bola pada kedua tangan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri atau sebagai awal untuk melakukan serangan.

2. *Passing* atas

Sukintaka (1979: 36) *passing* atas adalah operan yang dilakukan pada saat bola setinggi bahu atau lebih tinggi, bertujuan untuk mengarahkan bola yang dimainkan ke suatu tempat atau kepada lawan maupun teman seregunya untuk dimainkan di lapangan. *Passing* atas ini biasanya digunakan pengumpan untuk mengumpankan bola ke pemain dengan posisi *smash* untuk melakukan serangan ke lawan.

3. *Service*

Dieter Beutelsthal (2007: 8) servis adalah sentuhan pertama dengan bola atau pukulan pertama dengan bola. Servis dimanfaatkan untuk meraih poin dan dimanfaatkan sekaligus serangan yang mematikan. Servis merupakan pukulan permulaan untuk memulai suatu permainan

yang dilakukan di daerah servis di belakang lapangan, dengan panjang ke belakang tidak terbatas (M. Yunus, 1999 : 137)

4. *Smash*

Menurut Sutrisno (2009: 46) *smash* adalah bentuk serangan yang paling banyak digunakan untuk memperoleh nilai dalam permainan bola voli. *Smash* merupakan pukulan yang paling utama dalam penyerangan untuk mencapai kemenangan.

5. *Block* (bendungan)

Sukintaka (1979: 47) menjelaskan bendungan merupakan pertahanan pertama dari serangan. *Block* (bendungan) sangat erat sekali dengan teknik bertahan yang dilakukan di atas net, keberhasilan bendungan dapat ditentukan oleh lompatan yang tinggi dan kemampuan menjangkau lengan pada bola yang dipukul lawan (M. Yunus, 2004:34-38).

Sedangkan teknik dasar bermain bola voli menurut Suharno HP. (1994:

23) dibedakan menjadi dua yaitu :

1. Teknik tanpa bola terdiri atas:

- a) Sikap siap normal
- b) Pengambilan posisi yang tepat dan benar
- c) Langkah kaki gerak ke depan, ke belakang, ke samping kiri, ke samping kanan.
- d) Langkah kaki untuk awalan smash dan block.
- e) Guling ke samping , ke belakang.
- f) Gerak meluncur.
- g) Gerak tipuan

2. Teknik dengan bola terdiri atas :

- a) Servis untuk penyajian bola pertama.
- b) Pass bawah untuk passing dan umpan bertahan.
- c) Pass atas berguna untuk umpan dan *passing*.

- d) Umpan untuk menyajikan bola ke *smasher*.
- e) *Smash* untuk menyerang / mematikan lawan
- f) *Block*, pertahanan di net.

Teknik dasar bermain bola voli pada prinsipnya terdiri dua macam yaitu, teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola berupa gerakan-gerakan khusus yang mendukung teknik dengan bola, sedangkan teknik dengan bola adalah cara memainkan bola dengan anggota badan secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku. Teknik tanpa bola dan teknik dengan bola merupakan dua komponen yang tidak dapat dipisahkan dalam bermain bola voli. Keterkaitan antara teknik tanpa bola dan teknik dengan bola didasarkan kebutuhan dalam permainan.

c. Taktik Permainan Bola voli

Taktik memegang peranan yang penting pada bola voli, lebih dari pada olahraga lainnya. Sudah tentu taktik tergantung pada kondisi fisik masing-masing pemain dan kemudian teknik masing-masing pemain individu atau bersama-sama sebagai kesatuan sehingga Dieter Beutelstahl (2007: 65) membedakan taktik menjadi dua macam yaitu: Taktik individu dan taktik seregu.

d. Kelebihan dan Kelemahan Permainan Bola voli

Berdasarkan G. Durrwachter (1984: 1-2) kelebihan permainan bola voli adalah:

- 1) Lapangan permainan relatif kecil dan memungkinkan pengikutsertaan pemain dalam jumlah relatif besar.
- 2) Perlengkapan yang diperlukan sederhana dan tidak mahal.

- 3) Sifat permainan tidak berubah apabila lapangan dipersempit atau jumlah pemain dikurangi. Anak didik yang tidak seumur bisa bermain dalam satu regu.
- 4) Gagasan permainan sederhana.
- 5) Kekuatan regu sangat tergantung dari semangat bermain serta kemampuan semua pemain, kekeliruan yang dilakukan salah seorang pemain jarang bisa diperbaiki teman seregu.
- 6) Kecepatan reaksi, kelincahan, kewaspadaan dan kemampuan konsentrasi serta daya loncat sangat dilatih.
- 7) Risiko cedera kecil sekali, karena sama sekali tak terjadi persentuhan dengan pemain regu lawan.

Berdasarkan G. Durrwachter (1984: 1-2) kelemahan permainan bola voli adalah:

- 1) Anak didik tidak biasa melakukan proses gerak yang dipersyaratkan dalam permainan bola voli.
- 2) Anak didik tidak biasa dianggap sudah mengenal aturan permainan.
- 3) Dalam permainan tingkat pemula, tingkat pembebanan jasmani masih rendah dan baru akan timbul apabila ketrampilan teknik sudah berkembang.
- 4) Dalam permainan bolavolley sama sekali tidak terjadi adu tenaga secara langsung dalam lawan.

e. Fungsi Permainan Bola voli

Menurut Direktorat Jenderal Pendidikan Luar Biasa yang dikutip oleh Sri Mawarti (2009: 69) fungsi permainan bola voli adalah:

- 1) Membentuk anak didik secara menyeluruh baik secara jasmani maupun rohani ataupun sosial.
- 2) Dengan kesegaran jasmani tercapai diharapkan kecerdasan dalam permainan bola voli juga tercapai sehingga kesegaran tubuh terjaga, dengan itu anak didik bisa belajar dengan sehat dan tercapailah kecerdasan anak.
- 3) Bermain dengan unsur rekreatif atau kesenangan dalam melakukannya maka dengan bermain bola voli ini siswa dapat mendapatkan kepuasan.
- 4) Dengan bermain bola voli dapat untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya.

8. Servis Bola Voli

a. Fungsi Servis dalam Permainan Bola Voli

Teknik dasar servis dalam permainan bola voli terus berkembang. Pada awalnya servis merupakan penyajian bola pertama sebagai tanda dimulainya permainan. Seiring dengan perkembangan permainan bola voli dan penerapan taktik dan strategi permainan bola voli, pukulan servis memiliki fungsi ganda yaitu sebagai tanda dimulainya permainan dan sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan servis. Suharno (1984:16) menyatakan servis adalah pukulan permulaan yang dilakukan oleh pihak yang berhak melakukan servis untuk memulai suatu permainan. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20) bahwa, “Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan”. Sedangkan Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 61) menyatakan, “Servis adalah awal terjadinya suatu permainan bola voli. Akan tetapi dalam perkembangannya servis menjadi salah satu serangan pertama yang sangat penting”.

Berdasarkan tiga pendapat tersebut menunjukkan bahwa, servis dalam permainan bola voli merupakan tanda dimulainya permainan dan berfungsi sebagai serangan pertama untuk mendapatkan point bagi regu yang mendapat kesempatan servis. Dengan sistem penilaian *rally point*, maka servis mempunyai pengaruh besar terhadap jalannya seluruh permainan. Seperti Deiter Beutelstahl (2007: 9) bahwa, “Servis yang baik

mempengaruhi seluruh jalannya pertandingan”. Hal ini artinya, angka atau poin dapat dihasilkan melalui servis yang baik dan bahkan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim. Tetapi kegagalan servis juga menguntungkan pihak lawan, yaitu bola berpindah dan lawan mendapatkan angka. Oleh karena itu, dalam melakukan servis hendaknya lebih berhati-hati agar bola dapat masuk ke daerah permainan lawan dan lawan sulit untuk menerimanya.

Barbarra L. Viera dan Bonnie Jill Ferguson (1996: 27) menyatakan, “Dalam suatu pertandingan sangat penting bagi anda untuk melakukan servis dengan konsisten yaitu paling tidak 90% dari servis anda dapat melewati net ke daerah lawan”. Oleh karena itu, dalam melakukan servis harus dibuat sesulit mungkin agar lawan sulit mengembalikan atau bahkan langsung mati. Menurut Soedarwo dkk, (2000: 38) cara mempersulit bola servis pada dasarnya berkaitan dengan, “(1) kecepatan, kurve dan belak-belok jalannya bola dan, (2) penempatan bola diarahkan pada titik-titik kelemahan lawan”.

Kunci keberhasilan pukulan servis yaitu bola dapat menyeberang melewati net, laju bola sulit diantisipasi lawan dan diarahkan pada titik kelemahan lawan. Kemampuan seorang pemain melakukan pukulan servis yang sulit atau mengarahkan pada titik kelemahan lawan, maka akan menyulitkan lawan untuk menerimanya atau bahkan lawan langsung mati.

b. Servis Bawah

Berdasarkan cara pelaksanaannya, servis bola voli dibedakan menjadi dua yaitu servis tangan bawah (underhand service) dan servis atas (overhead service). Servis bawah merupakan bentuk servis yang sederhana dan tujuan servis bawah biasanya hanya sekedar menyeberangkan bola ke daerah permainan lawan. Seperti dikemukakan Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 61) bahwa, "Servis dari bawah merupakan bentuk servis yang paling mudah untuk dilakukan. Tujuan servis bawah adalah melambungkan bola menuju lapangan lawan melintasi jaring".

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, servis bawah kurang memiliki efektivitas untuk melakukan serangan, jika dibandingkan dengan servis atas. Hal ini karena, servis bawah tidak mungkin dapat mempercepat laju bola, sehingga lawan mudah untuk menerimanya. Seperti dikemukakan Agus Mukholid (2004: 35) bahwa, "kelemahan servis tangan bawah adalah mudah diterima dan lintasannya melambung tinggi sehingga mudah diantisipasi lawan".

Berdasarkan macamnya servis bawah dibedakan menjadi beberapa macam. Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 62) mengelompokkan jenis servis bawah yaitu, "Servis pangkal lengan, servis arah luar, servis arah dalam, servis menyamping, servis bola melayang dan servis tinju". Berdasarkan macam-macam jenis servis bawah tersebut, maka membelajarkan servis bawah bagi siswa pemula adalah langkah yang

harus dilakukan untuk menuju pada permainan yang menuntut keterampilan servis yang baik agar nantinya siswa mampu melakukan servis sebagai serangan.

Hal ini karena sistem penilaian permainan bola voli yaitu *rally point*, maka kegagalan servis merupakan keuntungan bagi pihak lawan. Oleh karena itu, bagi tim yang mendapat kesempatan servis harus mampu dimanfaatkan seoptimal mungkin. Seperti dikemukakan Dieter Beutelstahl (2007: 70) bahwa servis dapat bertujuan untuk “(1) langsung meraih angka kemenangan, (2) menghalang-halangi formasi penyerangan pihak lawan”. Ketepatan dan keakuratan penempatan bola dalam melakukan servis merupakan hal penting untuk memperoleh hasil servis yang optimal. Apabila pemain mampu mengarahkan servisnya ke tempat yang tidak dijaga, maka servis akan berhasil dengan baik.

c. Teknik Servis Bawah Bola voli

Keberhasilan servis bawah tidak terlepas dari penguasaan teknik yang baik dan benar. Teknik yang benar akan menghasilkan pukulan servis yang baik dan efektif. Sedangkan kesalahan teknik servis adalah sebuah kegagalan, sehingga akan menguntungkan pihak lawan. Berkaitan dengan teknik servis bawah, M. Yunus (1992: 68) mengelompokkan teknik servis bawah terdiri tiga bagian yaitu, “(1) sikap permulaan, (2) gerakan pelaksanaan dan (3) gerak lanjut”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, teknik servis bawah bola voli terdiri tiga bagian yaitu sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan

gerak lanjut. Dari ketiga teknik tersebut harus dirangkaikan dalam satu gerakan yang utuh dan harmonis. Untuk lebih jelasnya berikut ini diuraikan teknik pelaksanaan servis bawah sebagai berikut:

1. Sikap Permulaan

Sikap permulaan servis bawah yaitu: berdiri di daerah servis menghadap kelapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Bola dipegang pada tangan kiri, tangan kanan boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut agak ditekuk sedikit dan berat badan berada di tengah.

2. Gerakan Pelaksanaan

Gerakan pelaksanaan servis bawah yaitu: bola dilambungkan di depan pundak kanan, setinggi 10 sampai 20 cm dan pada saat yang bersamaan tangan kanan ditarik ke belakang, kemudian diayunkan ke arah depan atas dan mengenai bagian belakang bawah bola.

3. Gerak Lanjut (*Follow through*)

Gerak lanjut dari pukulan servis bawah yaitu: setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan, dengan melangkahakan kaki kanan ke depan dan segera masuk ke lapangan untuk mengambil posisi dengan sikap siap normal, siap untuk menerima pengembalian atau serangan dari pihak lawan.

d. Kesalahan yang Sering Terjadi dalam Servis Bawah

Servis bawah merupakan jenis servis yang paling mudah jika dibandingkan dengan servis atas. Namun demikian tidak menutup

kemungkinan bagi siswa pemula seringkali melakukan kesalahan. Kesalahan dalam teknik gerakan servis bawah mengakibatkan servis bawah menjadi gagal. Barbara L.V. & Bonnie J.F. (1996:34) mengidentifikasi kesalahan teknik gerakan servis bawah dan cara memperbaikinya sebagai berikut:

Kesalahan	Perbaikan
Bola bergerak ke atas bukan ke depan, dan tidak dapat menyeberang net.	Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah. Pukul bola tepat pada bagian tengah belakang dan ayunkan lengan ke depan ke arah net. Pindahkan berat badan anda ke kaki depan.
Bola tidak cukup bertenaga untuk menyeberangi net.	Jangan mengayunkan tangan yang memegang bola. Pukulan harus dilakukan dengan tumit telapak tangan anda yang terbuka.
Berat badan anda bertumpu di kaki belakang, bola melambung terlalu tinggi.	Melangkahlah ke depan dengan kaki depan anda pada saat anda memukul bola. Kepala dan bahu anda harus berada di depan sejajar dengan lutut.

Kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki gerakan servis bawah tersebut harus dipahami oleh seorang guru. Kesalahan yang sering dilakukan siswa harus segera dibetulkan. Kesalahan yang dibiarkan akan mengakibatkan pola gerakan menjadi salah, sehingga gerakan tidak efektif dan tidak sesuai seperti yang diharapkan.

9. Karakteristik Siswa Usia 9 - 12 Tahun

Sejalan dengan pertumbuhan fisik anak semakin tinggi dan semakin besar maka kemampuan fisikpun meningkat. Beberapa macam kemampuan

fisik yang cukup nyata perkembangannya pada masa anak adalah kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, dan koordinasi gerak.

Tisnowati (2006: 854) menjelaskan bahwa Karakteristik siswa SD kelas atas yang terdiri dari usia 9 – 12 tahun adalah sebagai berikut:

- a. Segi phisik
 - 1) Mereka mulai menyadari dirinya secara phisik
 - 2) Pertumbuhan tubuhnya mulai lambat
 - 3) Waktu reaksinya semakin bagus
 - 4) Koordinasi menjadi baik
 - 5) Mereka kelihatan kokoh
 - 6) Pertumbuhan tungkai lebih cepat dari pada badan
- b. Segi Mental
 - 1) Mereka menyenangi bentuk kegiatan yang kompetitif
 - 2) Lebih tertarik pada permainan dengan bola
 - 3) Lebih tertarik pada permainan beregu
 - 4) Mereka sangat memikirkan kelompoknya dan menghargai prestasinya
 - 5) Sebagian cepat putus asa
- c. Segi Sosial dan Perasaan
 - 1) Rasa sosial dan perasaannya sesuai dengan pertumbuhan phisiknya
 - 2) Reaktif terhadap komentar dan kata-kata serta mudah terpancing
 - 3) Sangat kritis pada tindakan orang dewasa
 - 4) Mereka senang apabila keanggap oleh kelompoknya, bangga dengan prestasinya dan benci pada kegagalan
 - 5) Kerjasama meningkat terutama pada siswa putra.

Jadi dengan tahapan-tahapan tersebut, diharapkan siswa kelas atas khususnya siswa usia 9 - 12 tahun sekolah dasar lebih tertarik dengan pelajaran servis bawah bola voli yang benar. Pada saat memasuki tahap spesifikasi, pondasi gerak dasar itu diharapkan terbentuk.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Sarbudi (2006) dengan judul, “Pengaruh Pembelajaran Lempar Lembing dengan Metode bagian dan Keseluruhan terhadap

Kemampuan Lempar Lembing Gaya Jengket pada Siswa Putra Kelas IX SMP Al-Islam Surakarta Tahun pelajaran 2006/2007” menunjukkan, (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pembelajaran lempar lembing dengan metode keseluruhan dan bagian ($t_{hit} 2,192 > t_{tabel} 5\%$ sebesar 1.75). (2) Metode keseluruhan lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan lempar lembing gaya jengket (Metode keseluruhan 19,3133%, sedangkan metode bagian 14,2132%).

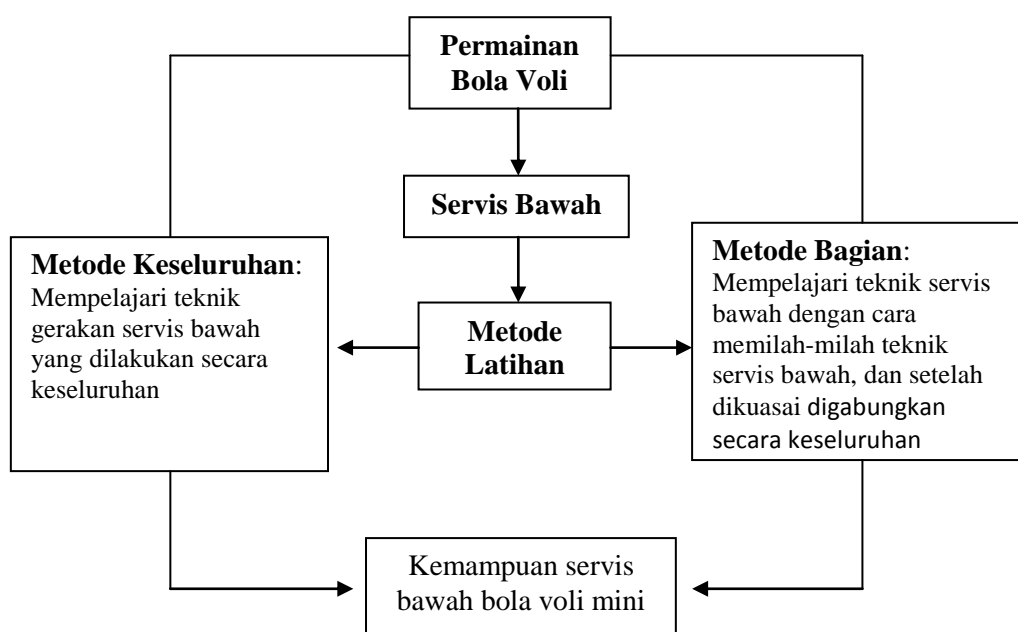
Penelitian yang relevan kedua dilakukan oleh Anys Nurliana (2010) dengan judul, “Perbandingan Metode Mengajar Bagian dan Metode Mengajar Keseluruhan Terhadap Hasil Belajar Tendangan ke Gawang dalam Permainan Sepak Bola Bagi Siswa Kelas II Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama Negeri Kasihan Bantul”. Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara metode mengajar keseluruhan (global) dengan metode mengajar bagian (*part time*) dengan $t_{hit} 2,877 > t_{tabel} 2,042$ dengan db: 38 pada taraf signifikan 5% dan metode mengajar bagian lebih baik dan efektif secara signifikan dengan rerata 19,587 daripada metode mengajar keseluruhan (global) dengan rerata 16,167 ($r_1 > r_2$).

Penelitian yang selanjutnya dilakukan oleh Dedin Komarudin (2011) dalam penelitiannya yang berjudul “Perbandingan Metode Mengajar Keseluruhan (global) dengan Metode Mengajar Bagian (*part time*) Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Gerak Tembakan Lay Up dalam Permainan Bola Basket bagi Siswa SLTP Negeri 1 Yogyakarta”. Hasil penelitiannya menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara metode mengajar

keseluruhan (global) dengan metode mengajar bagian (*part time*) dengan t hit: $2,246 > t \text{ tabel: } 2,042$ dengan db: 32 pada taraf signifikan 5% dan metode mengajar bagian lebih baik dan efektif secara signifikan dengan rerata 55,889 daripada metode mengajar keseluruhan dengan rerata 46,375 ($r_1 > r_2$).

C.Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dikemukakan di atas dapat digambarkan skematis kerangka pemikiran sebagai berikut:



Gambar 1. Skematis Kerangka Pemikiran Penelitian

Berdasarkan skematis kerangka pemikiran di atas dapat diuraikan kerangka penelitian sebagai berikut:

1. Perbedaan Metode Latihan Keseluruhan dan Bagian terhadap Kemampuan Servis bawah Bola Voli

Metode latihan keseluruhan dan bagian masing-masing memiliki karakteristik yang berbeda. Latihan servis dengan metode keseluruhan

menitik beratkan pada keutuhan dari keterampilan yang dipelajari. Dalam metode keseluruhan, siswa dituntut melakukan gerakan keterampilan yang dipelajari secara keseluruhan tanpa memilah-milah bagian-bagian dari keterampilan yang dipelajari. Metode keseluruhan pada umumnya diterapkan untuk mempelajari suatu keterampilan yang sederhana.

Latihan servis dengan metode bagian merupakan cara mengajar suatu keterampilan olahraga yang dalam pelaksanaannya dilakukan bagian per bagian, dan setelah bagian-bagian keterampilan yang dipelajari dikuasai kemudian dilakukan atau dirangkaian secara keseluruhan. Bentuk keterampilan yang dipelajari dipilah-pilah ke dalam bentuk gerakan yang lebih mudah dan sederhana.

Berdasarkan karakteristik dan penekanan dari latihan servis menggunakan metode keseluruhan dan bagian menunjukkan bahwa keduanya memiliki perbedaan yang cukup jelas. Perbedaan perlakuan yang diberikan dalam proses latihan akan menimbulkan respon yang berbedapula terhadap hasil belajar servis bawah dalam permainan bola voli. Dengan demikian diduga, metode latihan keseluruhan dan bagian memiliki perbedaan terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli.

2. Latihan Servis Bawah dengan Metode Bagian memiliki Pengaruh yang Lebih Baik terhadap Kemampuan Servis Bawah Bola Voli

Berdasarkan pelaksanaan latihan servis bawah dengan metode keseluruhan menunjukkan bahwa metode bagian berpengaruh lebih baik terhadap kemampuan servis bawah bola voli. Hal ini karena, metode bagian

merupakan cara mengajar suatu keterampilan olahraga yang dalam pelaksanaannya dilakukan bagian per bagian, dan setelah bagian-bagian keterampilan yang dipelajari dikuasai kemudian dilakukan atau dirangkaian secara keseluruhan. Di samping itu, metode bagian diterapkan untuk mempelajari keterampilan yang lebih kompleks. Suatu keterampilan akan dikuasai dengan baik, jika tiap-tiap bagian dipelajari secara runtut dan dilakukan secara sistematis dan kontinyu. Dengan demikian diduga latihan servis bawah dengan metode bagian baik pengaruhnya terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pada deskripsi teori dan kerangka berfikir tersebut diatas, maka peneliti merumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan antara metode keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli mini pada peserta ekstrakurikuler siswa putra usia 9 - 12 tahun SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.
2. Metode mengajar servis bawah secara bagian lebih baik hasilnya dibandingkan dengan metode mengajar servis bawah secara keseluruhan terhadap hasil servis pada siswa putra usia 9 - 12 tahun SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Sesuai dengan judul penelitian, maka rancangan penelitian yang digunakan *pretest-posttest design*. Suharsimi Arikunto (2006:3) menyatakan, “penelitian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat suatu perlakuan”. Rancangan yang akan diterapkan dalam penelitian eksperimen meliputi:

1. Rancangan Pra-Eksperimen

Rancangan pra-eksperimen yang sederhana ini berguna untuk mendapatkan informasi awal terhadap pertanyaan pada penelitian. Ada tiga hal yang lazim digunakan pada rancangan pra-eksperimental, yaitu:

- a) Studi kasus bentuk tunggal (*one-shot case study*)
- b) Tes awal – tes akhir kelompok tunggal (*the one group pretest posttest*)
- c) Perbandingan kelompok statis (*the static group comparison design*)

2. Rancangan Eksperimen Murni

Rancangan eksperimen murni ini mempunyai tiga karakteristik, yaitu:

- a) Adanya kelompok kontrol.
- b) Siswa ditarik secara random dan ditandai untuk masing-masing kelompok.

- c) Sebuah tes awal diberikan untuk mengetahui perbedaan antar kelompok.

3. Rancangan Eksperimen Kuasi/Semu (Quasi - Experimental Design)

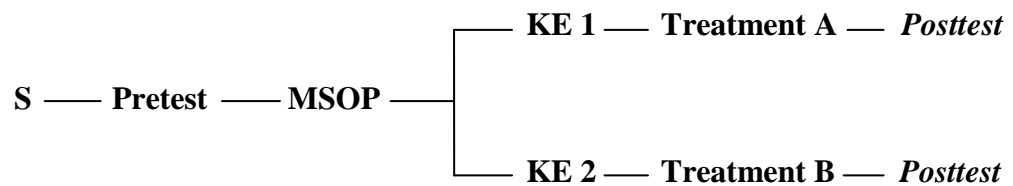
Rancangan eksperimental semu ini memiliki kesepakatan praktis antara eksperimen kebenaran dan sikap asih manusia terhadap bahasa yang ingin kita teliti. Beberapa rancangan eksperimen kuasi (eksperimen semu), yaitu:

- a) Rancangan dengan pemasangan subjek melalui tes akhir dan kelompok kontrol (*the randomized posttest – only control group design, using matched subject*).
- b) Rancangan dengan pemasangan subjek melalui tes awal-tes akhir dan kelompok kontrol (*the randomnized posttest – only control group design, using matched subject*).
- c) Rancangan tiga perlakuan dengan pengaruh imbang (a *three treatment counter balanced, using matched subject*).
- d) Rancangan rangkaian waktu (*a basic time-series design*).
- e) Rancangan faktorial (*factorial design*).

(<http://ardhana12.wordpress.com/2008/02/08/penelitian-eksperimen-satu-metode-dalam-ptk/>)

Penelitian ini adalah penelitian pra eksperimen. Dasar penggunaan rancangan ini adalah kegiatan percobaan yang diawali dengan memberikan perlakuan kepada subjek yang diakhiri dengan suatu bentuk tes guna mengetahui pengaruh perlakuan yang telah diberikan.

Gambar rancangan penelitian *pretest-posttest* design penelitian ini sebagai berikut:



Keterangan :

S = Subjek

Pretest = Tes awal kemampuan servis bawah bola voli.

MSOP = *Matched Subject Ordinal Pairing*

KE1 = Kelompok 1 (K1)

KE2 = Kelompok 2 (K2)

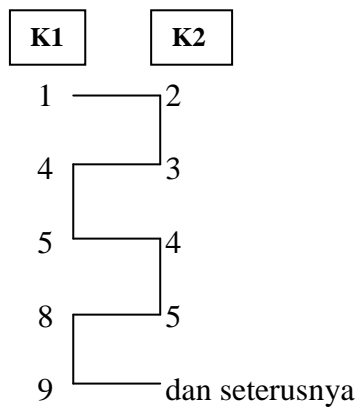
Treatment A = Pembelajaran servis bawah bola voli dengan metode keseluruhan

Treatment B = Pembelajaran servis bawah bola voli dengan metode bagian

Posttest = Tes akhir kemampuan servis bawah bola voli.

Pembagian kelompok eksperimen didasarkan pada kemampuan servis bawah bola voli pada tes awal kemudian dipasangkan dengan rumus AB BA, sehingga didapat dua kelompok yaitu kelompok 1 dan kelompok 2. Setelah hasil tes awal dirangking, kemudian subjek yang memiliki kemampuan setara atau seimbang dipasang-pasangkan ke dalam kelompok 1 (K1) dan kelompok 2 (K2). Dengan demikian kedua kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan merupakan kelompok yang sama. Apabila pada akhirnya terdapat perbedaan, maka hal ini disebabkan oleh pengaruh perlakuan yang diberikan. Pembagian

kelompok dalam penelitian ini dengan cara ordinal pairing. Adapun teknik pembagian kelompok secara *ordinal pairing* sebagai berikut:



Kelompok 1 diberikan perlakuan dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan, sedangkan kelompok 2 diberi perlakuan dengan menggunakan metode pembelajaran bagian.

B. Definisi Operasional Variabel

Setiap penelitian mempunyai objek yang dijadikan sasaran dalam penelitian objek tersebut sering disebut sebagai gejala, sedangkan gejala-gejala yang menunjukkan variasi baik dari jenisnya maupun tingkatnya disebut variabel. Sugiyono (2002:24) menjelaskan variabel merupakan gejala fokus penelitian untuk diamati.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini yaitu:
 - a. Metode keseluruhan adalah latihan servis bawah yang menekankan pada keutuhan dari keterampilan yang dipelajari.

- b. Metode bagian adalah latihan servis bawah yang dalam pelaksanaannya dilakukan bagian per bagian, dan setelah bagian-bagian keterampilan yang dipelajari dikuasai kemudian dilakukan secara keseluruhan.
2. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa setelah melakukan 10 kali servis bawah bola voli

C. Subjek Penelitian

Suharsimi Arikunto (2006:130) menyatakan “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Populasi dapat dikatakan pula sebagai wilayah penelitian. Populasi adalah jumlah keseluruhan objek yang diteliti. Penelitian ini merupakan penelitian populasi, karena seluruh populasi digunakan untuk penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler siswa putra usia 10 dan 11 tahun SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo yang berjumlah 20 siswa.

D. Instrumen dan Teknik Pengambilan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:160) instrumen adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data. Instrumen dalam penelitian ini adalah *AAHPER serving accuracy test* yang dimodifikasi oleh Mulyono Biyakto Atmojo. Dalam tes ini, *testee* melakukan servis bawah sebanyak 10 kali pada ketepatan sasaran yang telah ditentukan.

Adapun petunjuk dan cara melaksanakan tes kemampuan servis bawah adalah sebagai berikut :

a) Tujuan

Tujuan ini untuk mengukur kemampuan servis bawah siswa dalam ketepatan mengarahkan bola ke sasaran tertentu.

b) Alat dan Perlengkapan

Bola voli, net, dan lapangan dengan petak-petak sasaran, alat tulis, pencatat hasil tes.

c) Petugas Tes

1) Petugas tes I :

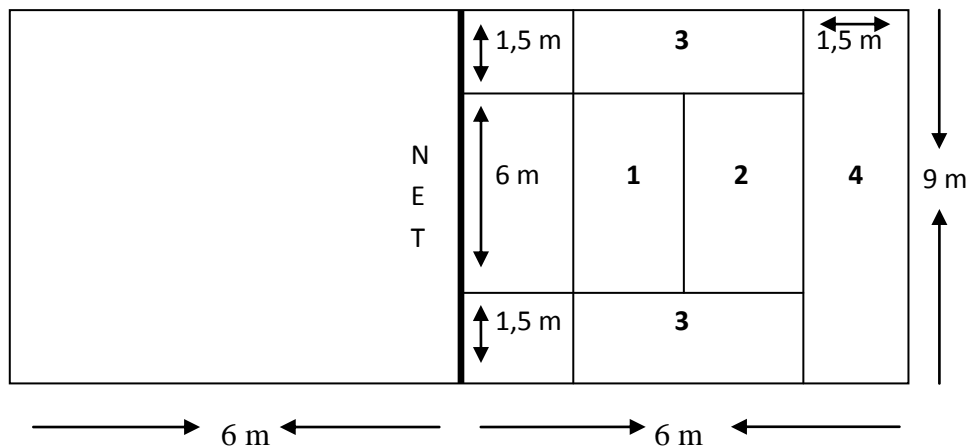
- a) Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
- b) Mengawasi pelaksanaan tes.

2) Petugas tes II

- a) Berdiri tidak jauh dari area sasaran.
- b) Menghitung dan mencatat hasil tes.

d) Lapangan

Bagi siswa di bawah usia 12 tahun, garis servis dimajukan 3 meter, jadi 6 meter dari garis tengah. Adapun gambar lapangan tes keterampilan servis bawah dari *AAHPER* adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Denah Lapangan Tes Servis
(sumber: Mulyono Biyakto dan Sarwono, 1994: 425)

e) Pelaksanaan Tes

Testee berada di belakang garis servis dengan memegang bola voli di tangan. Apabila ada bunyi peluit maka *testee* mulai melakukan servis hingga 10 kali. Jumlah skor yang diperoleh sesuai dengan titik perkenaan bola voli di daerah yang sudah diberi skor. Apabila bola voli tidak sampai melewati net atau keluar lapangan tetap dihitung telah melakukan satu kali servis bawah. Melakukan servis bawah yang sah adalah yang masuk ke daerah sasaran, bola bola yang mengenai garis batas antara dua skor maka diambil skor yang tertinggi.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan modifikasi *AAHPER serving accuracy test*. Teknik atau cara pengambilan data penelitian tentang servis bawah menggunakan metode pemebelajaran keseluruhan dan bagian ini dilaksanakan 2 kali dalam seminggu, yang dilakukan sebanyak 12 kali perlakuan (*treatment*) dengan

alokasi waktu setiap pertemuan 2 x 35 menit. Dari 12 kali perlakuan tersebut, pada pertemuan pertama didahului *pretest* / tes awal, dan akhir pertemuan diadakan *posttest* / tes akhir. Jadi total pertemuan yang dilakukan 14 kali pertemuan. Adapun kegiatan tersebut adalah sebagai berikut :

a. Tes Awal (*Pretest*)

Tes awal ini dilakukan sebelum kegiatan latihan servis bawah menggunakan metode keseluruhan dan bagian dilakukan. Tujuannya adalah untuk mengetahui kemampuan awal dari masing-masing siswa sebelum kegiatan berlangsung.

b. Pemberian Perlakuan

Latihan servis bawah menggunakan metode keseluruhan dan bagian ini dilakukan dalam tiga tahap :

1) Pemanasan

Sebelum pemanasan siswa dipimpin berdoa, kemudian diberikan pengantar mengenai latihan yang akan dilaksanakan. Bentuk latihan pemanasan meliputi : *stretching*, senam penguluran, peregangan, kelentukan, dan penguatan. Alokasi waktu yang digunakan untuk alokasi ini kurang lebih 8 menit.

2) Kegiatan Inti

Inti dari latihan adalah belajar servis bawah bola voli. Pelaksanaannya, kelompok 1 (K1) diberi latihan servis bawah bola voli dengan metode keseluruhan, sedangkan kelompok 2 (K2)

diberikan latihan servis bawah bola voli dengan metode bagian. Alokasi waktu yang digunakan untuk kegiatan ini kurang lebih 57 menit.

3) Penenangan / Pendinginan

Tujuan dari penenangan adalah mengembalikan kondisi anak sesudah latihan. Pelaksanaan pendinginan dengan senam relaksasi atau *stretching*. Evaluasi jalannya latihan dan koreksi secara umum, alokasi yang digunakan untuk kegiatan ini kurang lebih 5 menit.

c. Tes Akhir (*Posttest*)

Setelah dilakukan latihan selama 12 kali pertemuan kemudian diadakan tes akhir yang pelaksanaannya sama seperti tes awal.

E. Teknik Analisis Data

Analisis statistik adalah cara-cara ilmiah yang telah dipersiapkan untuk analisis data, menyusun data, menyajikan data, dan menganalisa data penyelidikan yang berwujud angka (Sutrisno Hadi, 1988:221). Berdasarkan pendapat tersebut selanjutnya data yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir diolah dan dianalisa secara statistik.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik uji t. Untuk menganalisis rumus dari uji t adalah sebagai berikut :

$$t = \frac{Ma - Mb}{\sqrt{\frac{\sum x^2 a + \frac{x^2 b}{na + nb - 2}}{\frac{1}{na} + \frac{1}{nb}}}}$$

Keterangan :

$\sum Ma$: Rerata skor kelompok pertama

$\sum Mb$: Retata skor kelompok kedua
 $\sum x^2 a$: Jumlah kuadrat skor kelompok pertama
 $\sum x^2 b$: Jumlah kuadrat skor kelompok kedua
 na : Jumlah skor kelompok pertama
 nb : Jumlah skor kelompok kedua

1. Uji Prasyarat

Untuk mengetahui bahwa teknik analisis uji t dapat digunakan atau tidak, maka terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis, yaitu uji normalitas dan uji homogenitas.

a. Uji Normalitas Distribusi Frekuensi Data

Maksud dari uji normalitas adalah untuk menentukan apakah data penelitian distribusi normal atau tidak, uji ini menggunakan Chi-Kuadrat. Menurut Suharsimi Arikunto (1990:407) rumusnya adalah sebagai berikut :

$$X^2 = \frac{Fo - Fh}{Fh}$$

Keterangan :

Fo : Fekuensi observasi

Fh : Fekuensi harapan

X^2 : Chi-Kuadrat

Apabila X^2 (Chi-Kuadrat) hitung lebih kecil dari pada X^2 tabel, maka data tersebut normal dengan taraf signifikan 5%.

b. Uji Homogenitas Data

Rumus yang digunakan untuk menguji homogenitas dengan menggunakan uji Hartley. Rumusnya adalah sebagai berikut :

$$F_{dbvd: dbvk} = \frac{SD^2bs}{SD^2kt}$$

Keterangan :

F = Angka F yang dicari

SD^2_{bs} = Varians yang terbesar

SD^2_{kt} = Varians yang terkecil

Kriteria pengujian homogenitas, yaitu jika F hitung lebih kecil dari f tabel dengan taraf signifikan 5% dengan $db = N_{max} - 1$ dan $db - 1$, dapat dinyatakan bahwa populasi dari mana sampel berasal tersebut homogen variansnya.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Statistik Deskriptif

1. Deskripsi Statistik Kemampuan Awal Kelompok Metode Keseluruhan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil tes maka dapat diketahui analisis deskripsinya sebagai berikut : Skor minimal : 10, tinggi maksimal = 25, Rata-rata = 17,8, median = 17, modus = 16^a, Standar Deviasi = 4,662.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Kemampuan Awal
Kelompok Metode Keseluruhan

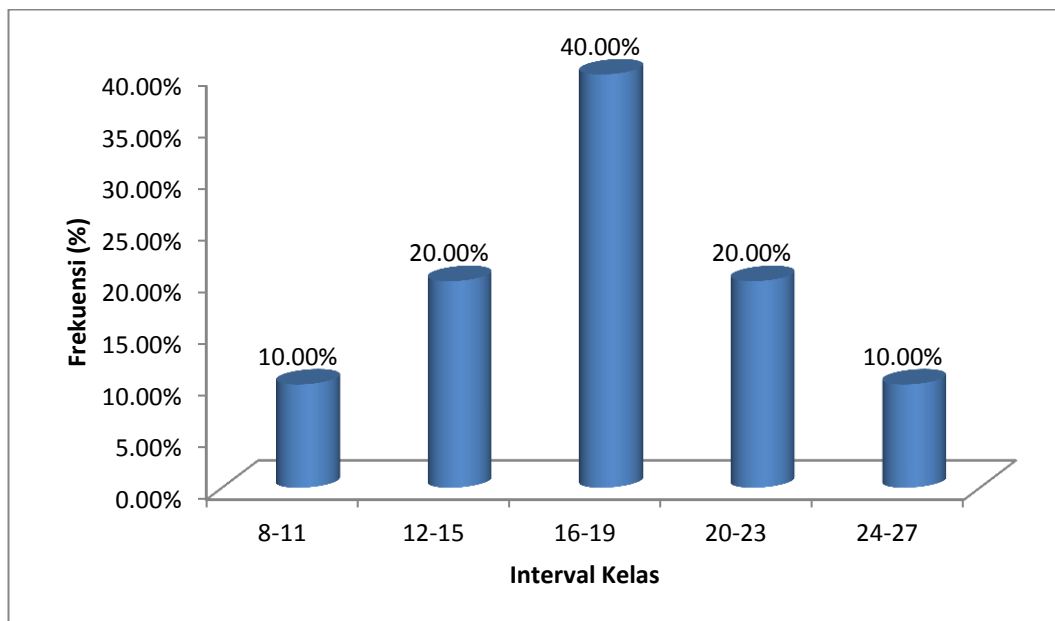
Variabel	Kemampuan Awal Kelompok Metode Keseluruhan
N	10
Mean	17.80
Median	17.00
Mode	16 ^a
Std. Deviation	4.662
Range	15
Minimum	10
Maximum	25

Hasil tersebut juga dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Kemampuan Awal
Kelompok Metode keseluruhan

Interval Kelompok	Frekuensi	Persen (%)
24 - 27	1	10.00%
20 - 23	2	20.00%
16 - 19	4	40.00%
12 - 15	2	20.00%
8 - 11	1	10.00%
Total	10	100.00%

Apabila ditampilkan dalam grafik sebagai berikut :



Gambar 2. Histogram Kemampuan Awal Kelompok Metode Keseluruhan

2. Deskripsi Statistik Variabel Kemampuan Awal Kelompok Metode Bagian

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil kemampuan awal kelompok metode bagian maka dapat diketahui analisis deskripsinya sebagai berikut: skor minimal : 1, skor maksimal = 20, Rata-rata = 10,6, median = 10, modus = 1^a, Standar Deviasi = 7,351.

Tabel 3. Deskripsi Statistik Kemampuan Awal Kelompok Metode Bagian

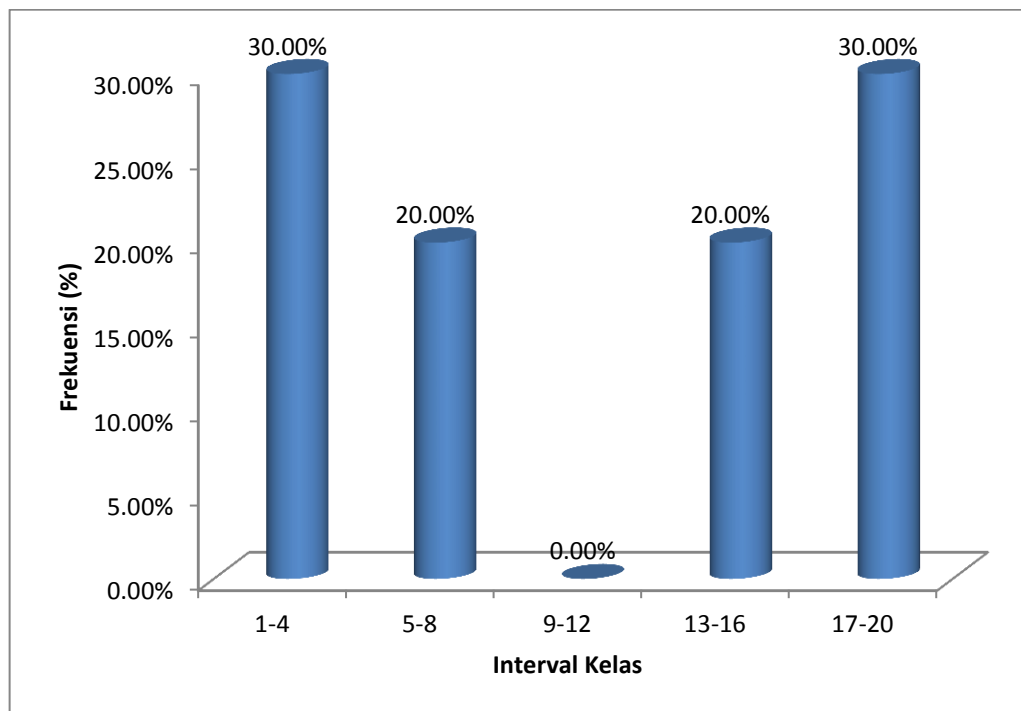
Variabel	Kemampuan awal kelompok metode bagian
N	10
Mean	10.60
Median	10.00
Mode	1 ^a
Std. Deviation	7.351
Range	19
Minimum	1
Maximum	20

Hasil tersebut juga dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 4. Tabel Distribusi Frekuensi Kemampuan Awal Kelompok Metode Bagian

Interval Kelompok	Frekuensi	Persen (%)
17 - 20	3	30.00%
13 - 16	2	20.00%
9 - 12	0	0.00%
5 - 8	2	20.00%
1 - 4	3	30.00%
Total	10	100.00%

Apabila ditampilkan dalam grafik sebagai berikut :



Gambar 3. Histogram Kemampuan Awal Kelompok Metode Bagian

3. Deskripsi Statistik Variabel Kemampuan Akhir Kelompok Metode Keseluruhan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil kemampuan akhir kelompok metode keseluruhan maka dapat diketahui analisis deskripsinya sebagai berikut : skor minimal : 17, skor maksimal = 26, Rata-rata = 20,7, median = 20,5, modus = 17, Standar Deviasi = 3,057.

Tabel 5. Deskripsi Kemampuan Akhir Kelompok Metode Keseluruhan

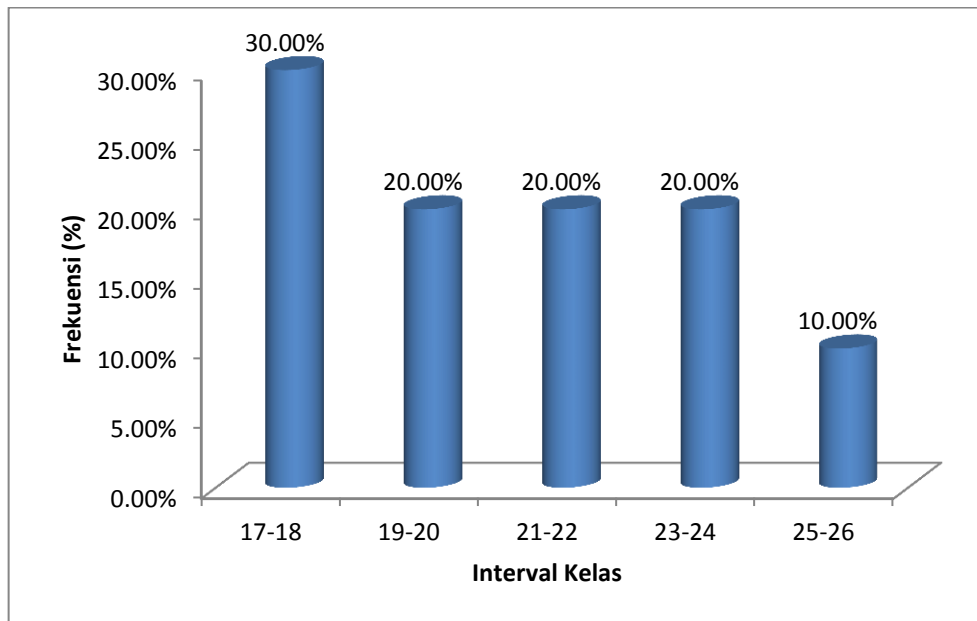
Variabel	Kemampuan akhir kelompok metode keseluruhan
N	10
Mean	20.70
Median	20.50
Mode	17
Std. Deviation	3.057
Range	9
Minimum	17
Maximum	26

Hasil tersebut juga dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 6. Tabel Distribusi Frekuensi Kemampuan Akhir Kelompok Metode Keseluruhan

Interval Kelompok	Frekuensi	Persen (%)
25 - 26	1	10.00%
23 - 24	2	20.00%
21 - 22	2	20.00%
19 - 20	2	20.00%
17 - 18	3	30.00%
Total	10	100.00%

Apabila ditampilkan dalam grafik sebagai berikut :



Gambar 4. Histogram Kemampuan Akhir Kelompok Metode Keseluruhan

4. Deskripsi Statistik Kemampuan Akhir Kelompok Metode Bagian

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil Kemampuan akhir kelompok metode bagian maka dapat diketahui analisis deskripsinya sebagai berikut:

skor minimal : 16, skor maksimal = 32, Rata-rata = 22,3, median = 22,5,

modus = 24, Standar Deviasi = 4,498.

Tabel 7. Deskripsi Statistik Kemampuan Akhir Kelompok Metode Bagian

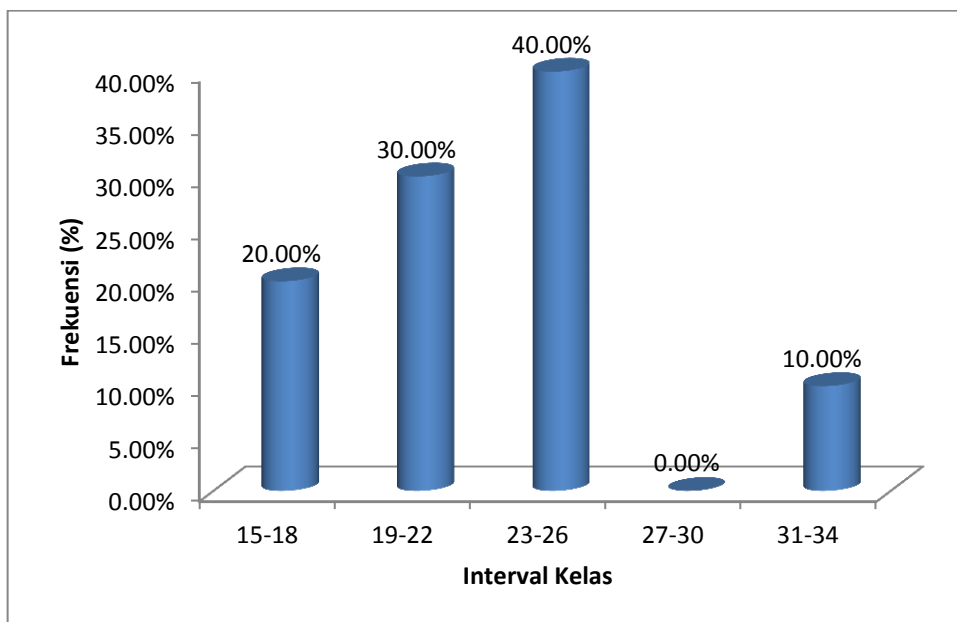
Variabel	Kemampuan akhir kelompok metode bagian
N	10
Mean	22.30
Median	22.50
Mode	24
Std. Deviation	4.498
Range	16
Minimum	16
Maximum	32

Hasil tersebut juga dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 8. Tabel Distribusi Frekuensi Kemampuan Akhir Kelompok Metode bagian

Interval Kelompok	Frekuensi	Persen (%)
31 - 34	1	10.00%
27 - 30	0	0.00%
23 - 26	4	40.00%
19 - 22	3	30.00%
15 - 18	2	20.00%
Total	10	100.00%

Apabila ditampilkan dalam grafik sebagai berikut :



Gambar 5. Histogram Kemampuan Akhir Kelompok Metode Bagian

B. Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui perbedaan penggunaan metode keseluruhan dengan metode bagian terhadap kemampuan servis bawah dalam bola voli. Sebelum analisis data dilakukan, maka perlu

dilakukan uji persyaratan analisis yaitu dengan uji normalitas, dan uji homogenitas. Hasil uji persyaratan dan uji hipotesis dapat dilihat sebagai berikut:

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Perhitungan Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Perhitungan normalitas ini menggunakan teknik Chi-Kuadrat, dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program *SPSS Versi 19IBM*. Hasilnya sebagai berikut :

Tabel 9. Uji Normalitas

Data	Chi-Square	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
Kemampuan Awal (Metode Keseluruhan)	1,200	0,977	Normal
kemampuan Awal (Metode Bagian)	0,005	1,000	Normal
Kemampuan Akhir (Metode keseluruhan)	0,800	0,999	Normal
kemampuan Akhir (Metode Bagian)	0,800	0,999	Normal

Dari hasil uji normalitas tersebut dapat dilihat bahwa data dari nilai *pretest* dan *posttest* dari semua variabel memiliki nilai p (asyp. Sig.) lebih besar dari 0,05, hal ini sama artinya bahwa nilai Chi Kuadrat yang diperoleh lebih kecil dari tabel, maka semua data tersebut berdistribusi normal. Karena semua data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah

homogenitas jika $p > 0,05$ maka, tes dinyatakan homogen, jika $p < 0,05$ maka, test dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10. Uji Homogenitas Data
Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Keterangan
Kemampuan Awal	0,001	1	18	0,974	Homogen
Kemampuan Akhir	0,608	1	18	0,446	Homogen

Dari hasil tersebut dapat dilihat dari tabel *Test of Homogeneity of Variances* semua variabel memiliki nilai sig. p di atas 0,05 sehingga semua data tersebut bersifat homogen, sehingga analisis selanjutnya menggunakan statistik parametrik.

2. Uji Hipotesis

a. Analisis Kondisi Awal Sebelum Diberikan *Treatment*

Analisis Perbandingan Kemampuan Awal Siswa Kelompok Metode Keseluruhan dan Siswa Kelompok Metode Bagian Sebelum diberikan *Treatment*.

Ho : tidak ada perbedaan yang signifikan antara Kemampuan awal siswa kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian terhadap servis bawah dalam bola voli.

Ha : ada perbedaan yang signifikan antara Kemampuan awal siswa kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian terhadap servis bawah dalam bola voli.

Uji T yang digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan kemampuan servis awal yang signifikan atau tidak dari kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian. Apabila hasil analisis menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan maka hasil awal siswa sebelum diberikan pembelajaran adalah sama. Berdasarkan hasil analisis di peroleh data sebagai berikut :

Tabel 11. Uji T Perbandingan Kemampuan servis Awal

Kemampuan Awal	t	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Kelompok Metode Keseluruhan – Kelompok Metode Bagian	0,048	0,962	0,100

Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t_{hitung} sebesar 0,048 dan nilai $p = 0,962 > 0,05$, hasil ini menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan antara Kemampuan awal siswa antara kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian. Hasil ini menunjukkan bahwa kedua kelompok penelitian memiliki kemampuan yang sama sebelum diberikan *treatment*, sehingga kedepanya akan memudahkan peneliti dalam mencari perbedaan setelah diberikan *treatment*.

b. Analisis Efektivitas Pendekatan dari Data Tes Awal dan Tes Akhir

Efektivitas Metode Keseluruhan dan Metode Bagian Untuk Meningkatkan Kemampuan Servis Bawah Dalam Bola Voli

Analisis yang digunakan adalah menggunakan analisis uji t dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas ditinjau dari Kemampuan siswa sebelum dan sesudah diberikan latihan, baik untuk kelompok Metode

Keseluruhan maupun kelompok Metode Bagian. Adapun hasil analisis tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 12. Uji T Pretest-Posttest Kemampuan Servis Bawah

Kelompok		t	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Metode Keseluruhan	<i>Pretest – Posttest</i>	3,713	0,005	2,900
Metode Bagian	<i>Pretest - Posttest</i>	6,147	0,000	11,700

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa analisis Kemampuan servis bawah siswa yang dilakukan menggunakan metode keseluruhan terbukti efektif, karena nilai t hitung sebesar 3,713 dan nilai sig. $0,005 < 0,05$, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara Kemampuan siswa sebelum dan sesudah diberikan latihan dengan menggunakan metode keseluruhan. Sehingga dari hasil tersebut menunjukkan bahwa metode tersebut efektif untuk meningkatkan Kemampuan servis bawah siswa dalam bola voli.

Selanjutnya berdasarkan hasil analisis pada kelompok Metode Bagian dapat diketahui bahwa nilai t hitung sebesar 6,147 dan nilai sig. $0,000 < 0,05$, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara Kemampuan siswa sebelum dan sesudah diberikan latihan dengan menggunakan metode Bagian. Sehingga dari hasil tersebut menunjukkan bahwa metode bagian efektif untuk meningkatkan Kemampuan servis bawah siswa dalam bola voli.

c. Analisis Efektivitas Pendekatan Kelompok Metode Keseluruhan dan Kelompok Metode Bagian

Ho : tidak ada perbedaan yang signifikan antara Kemampuan siswa kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian terhadap servis bawah dalam bola voli.

Ha : ada perbedaan yang signifikan antara Kemampuan siswa kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian terhadap servis bawah dalam bola voli.

Uji T yang digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan Kemampuan servis bawah dalam bola voli yang signifikan antara kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian. Apabila hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan maka salah satu dari kedua metode pendekatan tersebut lebih efektif daripada metode yang lainnya untuk meningkatkan Kemampuan servis bawah siswa. Berdasarkan hasil analisis di peroleh data sebagai berikut:

Tabel 13. Uji T Perbandingan Kemampuan Akhir Servis Bawah Siswa dalam Bola Voli

Kemampuan Akhir	t	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Kelompok Metode Keseluruhan – Kelompok Metode Bagian	0,930	0,365	1,600

Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t_{hitung} sebesar 0,930 dan nilai $p = 0,365 > 0,05$, hasil ini menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan antara kemampuan servis bawah siswa dalam bola voli antara kelompok

Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian setelah diberikan latihan. Hasil ini menunjukkan bahwa kedua kelompok penelitian memiliki kondisi Kemampuan yang sama setelah diberikan *treatment*, sehingga hasil ini menunjukkan bahwa diantara metode latihan menggunakan metode keseluruhan dan metode bagian sama-sama efektif. Berdasarkan analisis *mean different* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata Kemampuan siswa kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian sebesar 1,600, dengan perbedaan rata-rata yang sangat kecil tersebut, sehingga metode kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian sama efektifnya untuk meningkatkan kemampuan servis bawah dalam bola voli.

C. Pembahasan

Analisis yang dilakukan dari hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan hasil latihan menggunakan metode keseluruhan untuk meningkatkan Kemampuan dan minat siswa terhadap servis bawah dalam bola voli dibandingkan dengan kelompok Metode Bagian.

Analisis kondisi Kemampuan siswa antara kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian terhadap servis bawah dalam bola voli menunjukkan bahwa kondisi Kemampuan kedua kelompok tersebut sama, artinya kedua kelompok tersebut memiliki Kemampuan yang sama terhadap servis bawah dalam bola voli sebelum diberikan *treatment*.

Peneliti kemudian melakukan pendekatan menggunakan metode keseluruhan untuk kelompok 1 dan menggunakan metode Bagian untuk

kelompok 2. Setelah pemberian *treatment* selesai maka dilakukan pengambilan nilai *posttest*. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji t untuk mengetahui perbedaan kemampuan siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Berdasarkan analisis tersebut terbukti bahwa hasil analisis kelompok Metode Keseluruhan memiliki perbedaan yang signifikan dengan perbedaan rata-rata sebesar 2,900, sehingga metode pendekatan menggunakan metode keseluruhan efektif untuk meningkatkan kemampuan servis bawah siswa. Sedangkan pada kelompok Metode Bagian terdapat perbedaan yang juga signifikan dengan perbedaan rata-rata sebesar 11,700, artinya metode pendekatan bagian juga efektif untuk meningkatkan Kemampuan servis siswa.

Berdasarkan uji t perbandingan tes akhir Kemampuan siswa dari kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian menunjukkan bahwa keduanya dalam kondisi yang sama, artinya kondisi awal sama dan pada kondisi akhir juga sama, maka kedua metode tersebut sama efektifnya. Sedangkan pembuktian untuk mengetahui lebih efektif mana diantara kedua metode pendekatan tersebut maka digunakan uji t *independent sample t-test* dengan hasil t hitung sebesar 0,930 dengan nilai sig. $0,365 > 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan kemampuan servis bawah siswa antara kelompok Metode Keseluruhan dan kelompok Metode Bagian dengan perbedaan rata-rata hanya sebesar 1,600. Hasil tersebut membuktikan bahwa metode pendekatan menggunakan metode keseluruhan sama efektifnya dibandingkan dengan metode pendekatan bagian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pembelajaran menggunakan latihan dengan metode keseluruhan dengan metode bagian mampu meningkatkan kemampuan servis bawah dalam bola voli, tetapi dari kedua metode tersebut tidak ada perbedaan yang signifikan.
2. Dari dua metode latihan yang digunakan setelah dilakukan analisis berdasarkan tes akhir kemampuan servis siswa maka dapat diketahui bahwa keduanya sama efektifnya dalam meningkatkan kemampuan servis dalam bola voli, dengan kata lain dari kedua metode tersebut tidak ada yang lebih efektif.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, metode latihan bagian memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap peningkatan kemampuan servis bawah bola voli mini. Implikasi teoritik dari hasil penelitian ini adalah, setiap metode memiliki efektivitas yang berbeda dalam meningkatkan kemampuan servis bawah. Oleh karena itu, dalam memberikan latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli menerapkan metode latihan yang tepat. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pertimbangan untuk memilih metode latihan yang tepat, khususnya untuk meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental pada dilaksanakan tes.
2. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
3. Saat *treatment* / perlakuan ternyata masih ada siswa yang tidak hadir sehingga hasilnya tidak maksimal.

D. Saran

1. Upaya meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli mini harus diterapkan metode yang efektif.
2. Terbatasnya waktu latihan menuntut seorang guru mampu menerapkan metode yang efektif dengan merancang bentuk latihan yang baik agar diperoleh hasil belajar yang optimal.
3. Untuk meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli mini dapat diterapkan dengan menggunakan metode latihan keseluruhan dan bagian.
4. Kepada guru Penjas SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo diharapkan dapat menerapkan metode latihan lainnya dalam membelajarkan materi pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syaifudin Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Amung Ma'mum & Toto Subroto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bola voli Konsep & Metode Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama Dengan Direktorat jenderal Olahraga.
- Andi Suhendro. 1999. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Barbara, L.Viera. (1996). *Bola Voli Untuk Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Utama.
- Dieter, Beutelstahl. (2007). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung : Pionir jaya.
- Bonie Robinson. (1997). *Bola Voli tingkat Pemula*. Semarang: Dahara Prize.
- Dwiyigi dan Sulistyorini. (1997). <http://bhobob.blogspot.com/pengembangan-program-latihan-kebugaran.html> (diakses pada tanggal 15 Januari 20130).
- Harsono. 1988. *Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma Jakarta.
- <http://ardhana12.wordpress.com/2008/02/08/penelitian-eksperimen-satu-metode-dalam-ptk/>
- G. Durrwakhter. (1984). *Belajar dan Berlatih Sambil Bermain Bolavolley*. Jakarta: Gramedia.
- Mulyono Biyakto Atmojo & Sarwono. (1949). *Evaluasi Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta
- M. Sobry Sutikno. (2009). *Belajar dan Pembelajaran Upaya Kreatif dalam Mewujudkan Pembelajaran yang Berhasil*. Bandung: Prospect.
- M. Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Nana Sudjana. (2005). *Dasar-dasar Belajar Mengajar*. Bandung Sinar Baru.

- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Eka Pustaka Utama.
- PP.PBVSI. (2004). *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: Sekretariat Umum PP. PBVSI.
- Rusli Lutan. 1988. *Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti
- Sarifudin. (1982). <http://ekskulbsky.multiply.com>. (diakses pada tanggal 15 Januari 2013).
- Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono. (2000). *Teori dan Praktek Bola Voli Dasar*. Surakarta: UNS Press.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sukintaka. (1982). *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Percetakan Negara
- Sri Mawarti. (2009). *Jurnal pendidikan Jasmani Indonesia Volume 6*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyanto. (1996). *Metodologi Penelitian*. Surakarta: UNS Press.
- Sugiyono. (2002). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suharno HP. (1984). *Dasar-dasar Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain untuk Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Sutrisno Hadi 2004. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Tisnowati. (2006). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: UT
- Tri Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY.
- UNY. (2011). *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yudha M. Saputra. (2001). *Pembelajaran di Luar Sekolah*. Jakarta Depdiknas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 13 /UN.34.16/PP/2013
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

7 Februari 2013

Yth. : Bupati Purworejo
cq. Kepala KPPT Kab. Purworejo
Purworejo, Jateng

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan izin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Galih Setiawan
NIM : 09604224073
Program Studi : PGSD Penjas
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 11 Februari s/d 06 April 2013
Tempat/Obyek : SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo/siswa
Judul Skripsi : Perbedaan Metode Pembelajaran Keseluruhan Dan Bagian Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Mini Pada Siswa Putra Usia 9-12 Tahun SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.

Demikian surat izin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan

Drs. Kumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Wonosido
2. Koordinator PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
KANTOR PELAYANAN PERIZINAN TERPADU (KPPT)

Jl. Urip Sumoharjo No. 6 Telp/Fax. (0275) 325202 Purworejo 54111

IZIN RISET / SURVEY / PKL

NOMOR : 072/038/2013

- I. Dasar : Peraturan Daerah Kabupaten Purworejo Nomor 14 Tahun 2008 tentang Organisasi dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kabupaten Purworejo (Lembaran Daerah Kabupaten Purworejo Tahun 2008 Nomor 11).
- II. Menunjuk : Surat Permohonan dari Dekan FIK UNY No. 13/UN.34.16/PP/2013 Tanggal 7 Pebruari 2013
- III. Bupati Purworejo memberi Izin untuk melaksanakan Riset/ Survey/ PKL dalam Wilayah Kabupaten Purworejo kepada :

- | | |
|---------------------------------|---|
| ❖ Nama | : Galih Setiawan |
| ❖ Pekerjaan | : Mahasiswa |
| ❖ NIM/NIP/KTP/ dll. | : 09604224073 |
| ❖ Instansi / Univ/ Perg. Tinggi | : Universitas Negeri Yogyakarta |
| ❖ Jurusan | : POR |
| ❖ Program Studi | : PGSD Penjas |
| ❖ Alamat | : Wonosido Rt.002/001 Pituruh Purworejo |
| ❖ No. Telp. | : 08562942002 |
| ❖ Penanggung Jawab | : Sri Mawarti, M.Pd |
| ❖ Maksud / Tujuan | : Penelitian |
| ❖ Judul | : Perbedaan Metode Pembelajaran Keseluruhan Dan Bagian Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Mini Pada Siswa Putra Usia 9-12 Tahun SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo |
| ❖ Lokasi | : SD N Wonosido Pituruh |
| ❖ Lama Penelitian | : 2 Bulan |
| ❖ Jumlah Peserta | : - |

Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu stabilitas daerah.
- b. Sebelum langsung kepada responden maka terlebih dahulu melapor kepada :
 1. Kepala Kantor Kesbangpolinmas Kabupaten Purworejo
 2. Kepala Pemerintahan setempat (Camat, Kades / Lurah)
- c. Sesudah selesai mengadakan Penelitian supaya melaporkan hasilnya Kepada Yth. Bupati Purworejo Cq. Kepala KPPT, dengan tembusan BAPPEDA Kab. Purworejo

Surat Ijin ini berlaku tanggal 09 Februari 2013 sampai dengan tanggal 09 April 2013.

Tembusan , dikirim kepada Yth :

1. Ka. Bappeda Kab. Purworejo;
2. Ka. Kantor Kesbangpol Linmas Kab. Purworejo;
3. Ka. Dinas p 7 k Kab. Purworejo;
4. Ka. UPT Pituruh;
5. Ka. SDN Wonosido;
6. Dekan FIK UNY

Dikeluarkan : Purworejo
Pada Tanggal : 08 Februari 2013

a.n. BUPATI PURWOREJO

KEPALA KANTOR
PELAYANAN PERIZINAN TERPADU
KABUPATEN PURWOREJO



TJATUR PRIYO UTOMO, S.Sos

Pembina

NIP. 19640724 198611 1 001



**PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT P DAN K PITURUH
SD NEGERI WONOSIDO**

Alamat : Jln. Pamriyan Desa Wonosido Kec. Pituruh Kab. Purworejo KP 54263

SURAT TUGAS

Nomor : 900/074/ II/ 2013

Dasar : Berdasarkan surat dari Universitas Negeri Yogyakarta (Fakultas Ilmu Keolahragaan) nomor : 13 / UN.34.16 /PP/2013, Tentang permohonan ijin penelitian.

Sehubungan dengan surat tersebut diatas maka kami Kepala Sekolah SD Negeri Wonosido memberi tugas kepada :

Nama : **GALIH SETIAWAN**
N I M : 09604224073
Program Study : PGSD Penjas

Penelitian Akan Dilaksanakan Pada :

Waktu : 11 Februari s/d 06 April 2013
Tempat/Objek : SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo/Siswa
Judul Skripsi : Perbedaan Metode Pembelajaran Keseluruhan dan Bagian Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Volly Mini Pada Siswa Putra Usia 9-12 Tahun SD Negeri Wonosido Pituruh Purworejo.

Demikian surat tugas ini saya buat agar dilaksanakan dengan sebaik-baiknya.

Wonosido, 11 Februari 2013

Kepala SDN Wonosido



MAIN O.S.Pd.

NIP. 196709181988061003



**PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT P DAN K PITURUH
SD NEGERI WONOSIDO**

Alamat : Jln Pamriyan Desa Wonosido Kec. Pituruh Kab. Purworejo KP.54263

**SURAT KETERANGAN
NO.421 / 080 / III / 2013**

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SD Negeri Wonosido, menerangkan bahwa:

Nama : Galih Setiawan
NIM : 09604224073
Jurusan : PGSD Penjas
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan ini menerangkan bahwa yang bersangkutan telah melakukan pengambilan data untuk bahan Skripsi yang berjudul **"PERBEDAAN METODE PEMBELAJARAN KESELURUHAN DAN BAGIAN TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI PADA SISWA PUTRA USIA 9 - 12 TAHUN SEKOLAH DASAR NEGERI WONOSIDO PITURUH PURWOREJO."** Yang dilaksanakan pada :

Waktu Pelaksanaan : Februari – April 2013
Subjek : Siswa Usia 9 – 12 Tahun
Tempat Objek : SD Negeri Wonosido

Purworejo, April 2013

Kepala SD Negeri Wonosido



MAINO, S.Pd

NIP. 19670918 198806 1 003

**DAFTAR SAMPEL PENELITIAN SISWA PUTRA
USIA 9 - 12 TAHUN SD N WONOSIDO**

No	Subjek	Tempat & Tanggal Lahir	Usia
1	Gohan Pramudya	Purworejo, 20-06-2002	11
2	Jumadi	Purworejo, 05-10-2002	11
3	Sapto Nimin	Purworejo, 24-09-2002	11
4	Madan	Purworejo, 04-07-2002	11
5	Roni Mahendra	Purworejo, 10-09-2002	11
6	Guritno Adi	Purworejo, 16-09-2002	11
7	Ponirin	Purworejo, 21-05-2002	11
8	Rahmat Awaludin	Purworejo, 29-11-2002	11
9	Ahmad Zaebani	Purworejo, 21-01-2003	10
10	Aries Setiawan	Purworejo, 03-02-2003	10
11	Alfin Romansah	Purworejo, 30-04-2002	11
12	Gondri Setiawan	Purworejo, 14-08-2002	11
13	Mad Soleh	Purworejo, 16-10-2002	11
14	Paternalis Akbar	Purworejo, 07-08-2002	11
15	Teguh Prayitno	Purworejo, 29-05-2002	11
16	Angga Aprilianto	Purworejo, 25-01-2003	10
17	Barokah	Purworejo, 04-10-2002	11
18	Irvan Pambudi	Purworejo, 29-07-2002	11
19	Muhammad Arifin	Purworejo, 04-08-2002	11
20	Tri Widiarto	Purworejo, 25-08-2002	11

DAFTAR KEHADIRAN

No	Nama Peserta	Pre Test	Treatmet												Post Test
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Gohan Pramudya	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
2	Jumadi	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
3	Sapto Nimin	V	V	V	-	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
4	Madan	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
5	Roni Mahendra	V	V	V	V	V	V	-	V	V	V	V	V	V	V
6	Guritno Adi	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
7	Ponirin	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
8	Rahmat Awaludin	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
9	Ahmad Zaebani	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
10	Aries Setiawan	V	V	V	V	-	V	V	V	V	V	V	V	-	V
11	Alfin Romansah	V	V	-	V	V	V	V	-	V	V	V	V	V	V
12	Gondri Setiawan	V	V	V	-	V	V	V	V	V	-	V	V	V	V
13	Mad Soleh	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
14	Patrialis Akbar	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
15	Teguh Prayitno	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
16	Angga Aprilianto	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
17	Barokah	V	V	-	V	V	-	V	V	V	V	-	V	V	V
18	Irvan Pambudi	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
19	Muhammad Arifin	V	V	V	V	V	V	V	V	-	V	V	V	V	V
20	Tri Widiarto	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V

PETUNJUK DAN CARA MELAKSANAKAN TES

Petunjuk dan cara melaksanakan tes kemampuan servis bawah adalah sebagai berikut :

a. Tujuan

Tujuan ini untuk mengukur kemampuan servis bawah siswa dalam ketepatan mengarahkan bola ke sasaran tertentu.

b. Alat dan Perlengkapan

Bola voli, net, dan lapangan dengan petak-petak sasaran, alat tulis, pencatat hasil tes.

c. Petugas Tes

1) Petugas tes I :

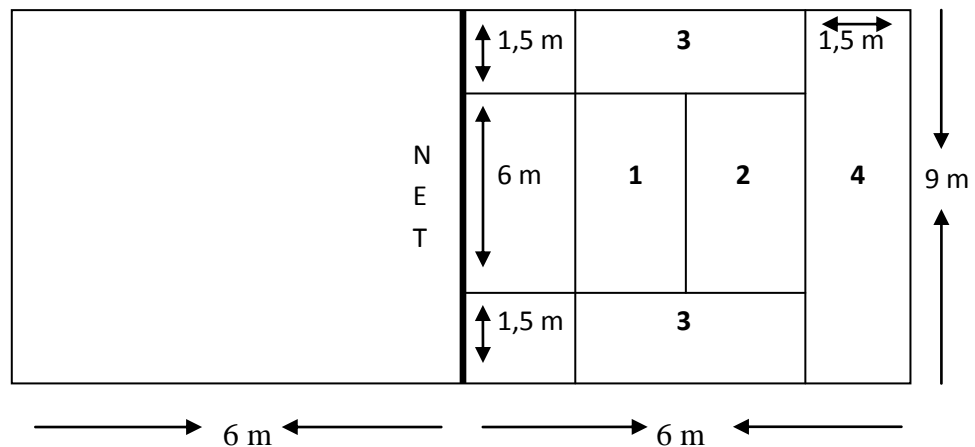
- a) Berdiri bebas di derkat area peserta tes.
- b) Mengawasi pelaksanaan tes.

2) Petugas tes II

- a) Berdiri tidak jauh dari area sasaran.
- b) Menghitung dan mencatat hasil tes.

d. Lapangan

Bagi siswa di bawah usia 12 tahun, garis servis dimajukan 3 meter, jadi 6 meter dari garis tengah. Adapun gambar lapangan tes keterampilan servis bawah dari *AAHPER* adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Denah Lapangan Tes Servis
(sumber: Mulyono Biyakto dan Sarwono, 1994: 425)

e. Pelaksanaan Tes

Testee berada di belakang garis servis dengan memegang bola voli di tangan. Apabila ada bunyi peluit maka *testee* mulai melakukan servis hingga 10 kali. Jumlah skor yang diperoleh sesuai dengan titik perkenaan bola voli di daerah yang sudah diberi skor. Apabila bola voli tidak sampai melewati net atau keluar lapangan tetap dihitung telah melakukan satu kali servis bawah. Melakukan servis bawah yang sah adalah yang masuk ke daerah sasaran, bola bola yang mengenai garis batas antara dua skor maka diambil skor yang tertinggi.

DATA HASIL *PRETEST* SERVIS BAWAH

No	Subjek	Pukulan										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Gohan Pramudya	3	2	2	-	1	1	2	4	-	2	17
2	Jumadi	2	4	-	2	-	-	2	2	4	2	18
3	Sapto Nimin	-	2	4	2	1	1	2	-	3	2	17
4	Madan	2	1	2	-	2	4	-	1	1	2	15
5	Roni Mahendra	3	-	1	1	2	-	-	1	2	1	11
6	Guritno Adi	2	1	2	-	4	2	1	2	2	-	16
7	Ponirin	-	2	1	3	2	-	2	1	1	-	12
8	Rahmat Awaludin	1	2	1	-	1	3	4	1	2	1	16
9	Ahmad Zaebani	2	2	4	2	1	1	-	-	1	2	15
10	Aries Setiawan	4	2	3	2	2	4	2	2	4	-	25
11	Alfin Romansah	1	2	2	1	1	3	-	2	1	1	14
12	Gondri Setiawan	2	1	1	-	1	-	-	2	1	2	10
13	Mad Soleh	4	2	1	2	-	3	2	4	2	1	21
14	Paternalis Akbar	3	1	-	2	2	2	4	-	1	3	18
15	Teguh Prayitno	4	2	1	3	-	3	4	2	1	-	23
16	Angga Aprilianto	4	4	3	-	2	2	4	1	3	2	25
17	Barokah	2	-	3	2	4	3	2	1	4	2	23
18	Irvan Pambudi	3	2	1	3	-	3	1	2	3	1	19
19	Muhammad Arifin	1	3	-	2	2	1	2	2	1	2	16
20	Tri Widiarto	4	2	1	2	2	4	4	-	2	3	24
Jumlah												355
Mean												17,75

DATA DARI SAMPEL YANG TELAH DIRANKING

Ranking	Subjek	Nilai	Rumus
1	10	25	a
2	16	25	b
3	20	24	b
4	15	23	a
5	17	23	a
6	13	21	b
7	18	19	b
8	2	18	a
9	14	18	a
10	1	17	b
11	3	17	b
12	6	16	a
13	8	16	a
14	19	16	b
15	4	15	b
16	9	15	a
17	11	14	a
18	7	12	b
19	5	11	b
20	12	10	a

**HASIL *PRETEST* SERVIS BAWAH
ANTARA KELOMPOK 1 DAN KELOMPOK 2**

No	No. Tes	Nilai	No	No. Tes	Nilai
1	10	25	1	16	25
2	15	23	2	20	24
3	17	23	3	13	21
4	2	18	4	18	19
5	14	18	5	1	17
6	6	16	6	3	17
7	8	16	7	19	16
8	9	15	8	4	15
9	11	14	9	7	12
10	12	10	10	5	11
N = 10	Jumlah	178	N = 10	Jumlah	177

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

(Pertemuan Ke-1 sampai pertemuan 3)

Nama Sekolah : SD Negeri Wonosido

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 1.3 Mempraktikkan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama, sportivitas dan kejujuran.

Indikator : Menimang-nimang bola, memantulkan bola, servis bawah.

I. Tujuan Pembelajaran :

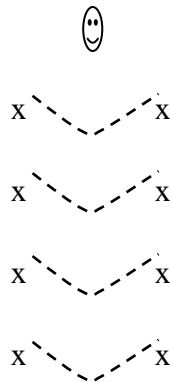
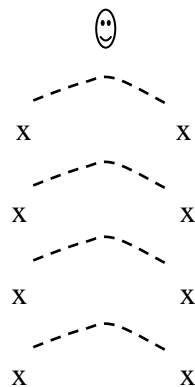
1. Siswa mampu menimng-nimang bola dengan baik dan tidak jatuh
2. Siswa mampu menimang-nimang bola dengan berbagai variasi
3. Siswa mampu memantulkan bola dengan berbagai variasi.
4. Siswa mampu melakukan servis bawah dengan metode keseluruhan.

II. Materi Ajar : Permainan Bola voli

III. Metode Pembelajaran : Ceramah, Demonstrasi, Komando

IV. Langkah-Langkah Pembelajaran :

Gambar	Kegiatan Belajar Mengajar	Keterangan
<p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p>☺</p>	<p>A. Kegiatan Pendahuluan (8 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Membariskan siswa2. Menghitung siswa3. Berdo'a4. Presensi5. Memberikan apresepsi6. Menyampaikan tujuan pembelajaran	



nimang bola, dan diusahakan jangan sampai jatuh. Dilakukukan menggunakan tangan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri.

2. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi

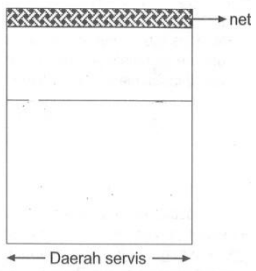
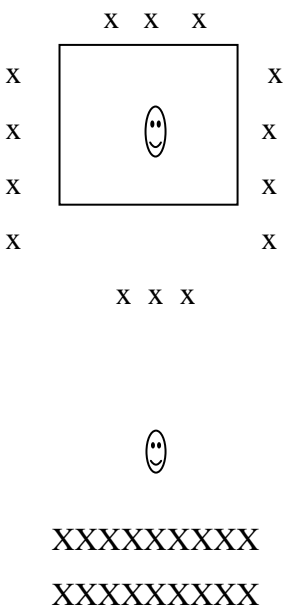
Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa memantulkan bola dengan satu tangan secara bergantian dengan pasangannya. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.

3. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi

Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai memantulkan bola dengan kedua tangan diatas kepala. Selanjutnya masih dalam memantulkan bola, tetapi dengan menggunakan satu tangan secara bergantian. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.

4. Melakukan servis bawah dengan metode keseluruhan

Siswa dibagi menjadi 2 kelompok

 <p>Diagram of a volleyball court showing the service area (Daerah servis) and the net (net).</p>  <p>Diagram of a volleyball court showing the service area (Daerah servis) and the net (net).</p>	<p>dengan posisi saling berhadapan, guru menjelaskan tentang teknik servis bawah yang benar dan memberikan contoh. Setelah ada aba-aba (peluit) , siswa mulai melakukan servis bawah kearah pasangannya, tanpa menggunakan bola.</p> <p>B. Penutup (5 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan Siswa berjalan mengelilingi lapangansambil bernyanyi lagu "sayo nara" dengan tepuk tangan. Setelah nyanyian selesai, siswa di suruh melambaikan tangan keatas sambil berteriak 'yaaa....' 2. Evaluasi Siswa diberikan evaluasi bersama terkait dengan materi yang telah disampaikan dan dipelajari para siswa. Sebelum dibubarkan, siswa berhitung kembali kemudian berdo'a untuk mengakhiri pelajaran. 3. Penutup 	
--	--	--

V. Alat, Bahan dan Sumber belajar

- Kon
- Peluit
- Bola voli
- Net

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

(Pertemuan Ke-4 sampai pertemuan 6)

Nama Sekolah : SD Negeri Wonosido

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 1.3 Mempraktikkan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama, sportivitas dan kejujuran.

Indikator : Menimang-nimang bola, memantulkan bola, servis bawah.


I. Tujuan Pembelajaran :

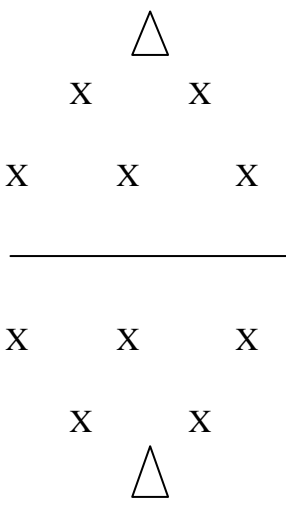
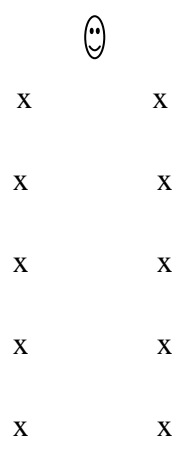
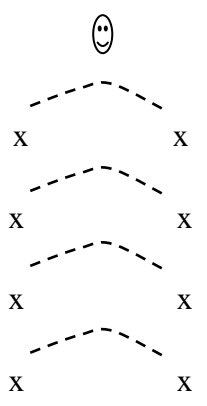
1. Siswa mampu menimng-nimang bola dengan baik dan tidak jatuh.
2. Siswa mampu menimang-nimang bola dengan berbagai variasi.
3. Siswa mampu memantulkan bola dengan berbagai variasi.
4. Siswa mampu melakukan servis bawah dengan metode keseluruhan.

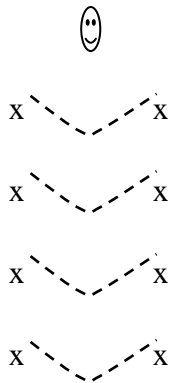

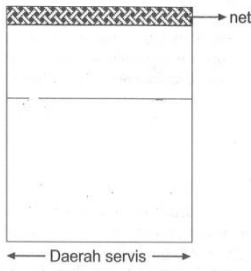
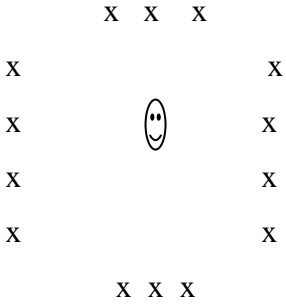
II. Materi Ajar : Permainan Bola voli


III. Metode Pembelajaran : Ceramah, Demonstrasi, Komando

IV. Langkah-Langkah Pembelajaran :

Gambar	Kegiatan Belajar Mengajar	Keterangan
 XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	A. Kegiatan Pendahuluan (8 Menit) 1. Membariskan siswa 2. Menghitung siswa 3. Berdo'a 4. Presensi 5. Memberikan apresepsi 6. Menyampaikan tujuan pembelajaran	

  	<p>7. Pemanasan (bermain lempar-lemparan menjatuhkan sasaran)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menggunakan lemparan dengan 1 tangan. - Bola boleh dibawa lari maksimal 3 langkah. - Bola tidak boleh menyentuh tanah. - Saat bola dibawa pemain laain/ lawan tidak boleh berebut tetapi boleh menghalang-halangi. <p>B.Kegiatan Inti (57 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan gerakan menimang-nimang bola Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba, siswa mulai menimang-nimang bola, dan diusahakan jangan sampai jatuh. Dilakukukan menggunakan tangan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri. 2. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa memantulkan bola dengan satu tangan secara bergantian dengan pasangannya. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi. 	
--	--	--

  <p>Servis bawah</p>  	<p>3. Melakukan garakan memantulkan bola dengan berbagai variasi</p> <p>Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai memantulkan bola dengan kedua tangan diatas kepala. Selanjutnya masih dalam memantulkan bola, tetapi dengan menggunakan satu tangan secara bergantian. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.</p> <p>4. Melakukan servis bawah dengan baik</p> <p>Guru menjelaskan tentang teknik servis bawah yang benar dan memberikan contoh. Setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai melakukan servis bawah di lapangan yang sebenarnya, dilakukan secara bergantian dan berulang-ulang.</p> <p>C. Penutup (5 Menit)</p> <p>1. Pendinginan</p> <p>- Setelah selesai melakukan kegiatan inti, siswa dikumpulkan membentuk lingkaran dengan posisi duduk kemudian melakukan pendinginan yaitu pesan berantai secara beregu.</p>
---	--

 <p>XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>- Guru memanggil salah satu siswa kemudian membisikkan kata kepada siswa tersebut lalu guru memerintahkan agar siswa tersebut membisikkan kepada teman-temannya secara berurutan dan siswa yang terakhir mendapat bisikan dia akan mengatakan kata yang dibisikkan secara keras.</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Siswa diberikan evaluasi bersama terkait dengan materi yang telah disampaikan dan dipelajari para siswa. Sebelum dibubarkan, siswa berhitung kembali kemudian berdoa untuk mengakhiri pelajaran.</p> <p>3. Penutup</p>	
--	--	--

V. Alat, Bahan dan Sumber belajar

4. Kon
5. Peluit
6. Bola voli
7. Net

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

(Pertemuan Ke-6 sampai pertemuan 8)

Nama Sekolah : SD Negeri Wonosido

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 1.3 Mempraktikkan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama, sportivitas dan kejujuran.

Indikator : Menimang-nimang bola, memantulkan bola, servis bawah.


I. Tujuan Pembelajaran :

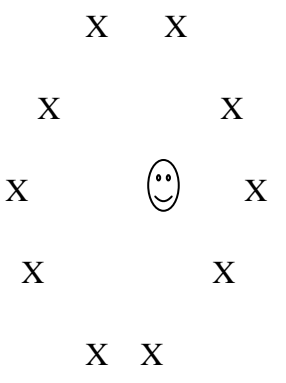
1. Siswa mampu menimng-nimang bola dengan baik dan tidak jatuh.
2. Siswa mampu menimang-nimang bola dengan berbagai variasi.
3. Siswa mampu memantulkan bola dengan berbagai variasi.
4. Siswa mampu melakukan servis bawah dengan metode keseluruhan.

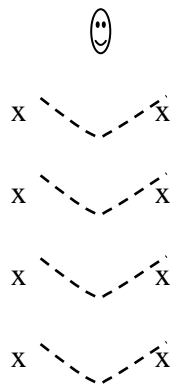
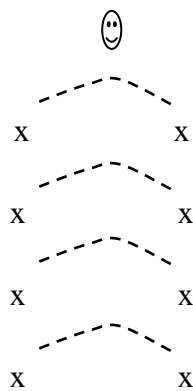
II. Materi Ajar : Permainan Bola voli

III. Metode Pembelajaran : Ceramah, Demonstrasi, Komando

IV. Langkah-Langkah Pembelajaran :

Gambar	Kegiatan Belajar Mengajar	Keterangan
 XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	A. Kegiatan Pendahuluan (8 Menit) 1. Membariskan siswa 2. Menghitung siswa 3. Berdo'a 4. Presensi 5. Memberikan apresepsi 6. Menyampaikan tujuan pembelajaran 7. Pemanasan (permainan bintang	

	<p>beralih)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi menjadi 5 kelompok (A, B, C, D, E) kemudian masing-masing kelompok melakukan undian, untuk mendapatkantempat/ bintangnya yang sudah dibuat dilapangan. - Kelompok yang terakhir mendapatkan undian berarti kelompok tersebut menjadi mataharinya atau pasang. - Semua kelompok menempati tempat sesuai undian. - Peraturannya adalah jika guru meniup peluit maka masing-masing kelompok harus berpindah tempat dari posisi semula. - Apanila pada saat berpindah kelompok lain mendapatkan tempat yang ditengah/ matahari maka pasang dan mendapatkan hukuman. <p>B.Kegiatan Inti (57 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan gerakan menimang-nimang bola <p>Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba, siswa mulai menimang-nimang bola, dan diusahakan jangan sampai jatuh. Dilakukukan menggunakan tangan secara bergantian antara tangan kanan</p>	
---	---	--



dan kiri.

2. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi


Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa memantulkan bola dengan satu tangan secara bergantian dengan pasangannya. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.

3. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi

Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai memantulkan bola dengan kedua tangan diatas kepala. Selanjutnya masih dalam memantulkan bola, tetapi dengan menggunakan satu tangan secara bergantian. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.

4. Melakukan servis bawah dengan baik

Guru menjelaskan tentang teknik servis bawah yang benar dan memberikan contoh. Setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai melakukan servis bawah di lapangan yang sebenarnya, dilakukan secara

	<p>bergantian dan berulang-ulang.</p> <p>8. Penutup (5 Menit)</p> <p>a. Pendinginan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Setelah selesai melakukan kegiatan inti, siswa disuruh melakukan peregangan otot. - Kedua tangan ditarik keatas sesuai instruksi. - Kemudian kedua lengan ditarik kebawah, sambil lengan diayunkan kedepan dan kebelakang dengan kaki lurus. <p>b. Evaluasi</p> <p>Siswa diberikan evaluasi bersama terkait dengan materi yang telah disampaikan dan dipelajari para siswa. Sebelum dibubarkan, siswa berhitung kembali kemudian berdo'a untuk mengakhiri pelajaran.</p> <p>c. Penutup</p>	
--	--	--

V. Alat, Bahan dan Sumber belajar

- d. Kon
- e. Peluit
- f. Bola voli
- g. Net

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

(Pertemuan Ke-9 sampai pertemuan 12)

Nama Sekolah : SD Negeri Wonosido

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 1.3 Mempraktikkan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama, sportivitas dan kejujuran.

Indikator : Menimang-nimang bola, memantulkan bola, servis bawah.


I. Tujuan Pembelajaran :

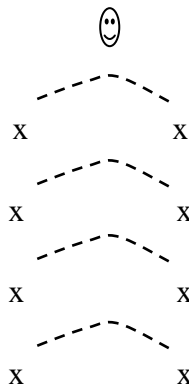
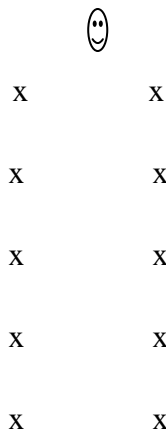
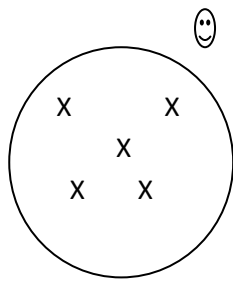
1. Siswa mampu menimng-nimang bola dengan baik dan tidak jatuh.
2. Siswa mampu menimang-nimang bola dengan berbagai variasi.
3. Siswa mampu memantulkan bola dengan berbagai variasi.
4. Siswa mampu melakukan servis bawah dengan metode keseluruhan.

II. Materi Ajar : Permainan Bola voli

III. Metode Pembelajaran : Ceramah, Demonstrasi, Komando

IV. Langkah-Langkah Pembelajaran :

Gambar	Kegiatan Belajar Mengajar	Keterangan
 XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	A. Kegiatan Pendahuluan (8 Menit) 1. Membariskan siswa 2. Menghitung siswa 3. Berdo'a 4. Presensi 5. Memberikan apresepsi 6. Menyampaikan tujuan pembelajaran 7. Pemanasan (Oyak Dodok)	



Permainannya adalah sebagai berikut Siswa melakukan undian, yang kalah pasang kemudian siswa berlari didalam lingkaran. Yang pasang berusaha menyentuh yang lain, ketika akan disentuh siswa yang tidak pasang boleh jongkok/ dodok, dan yang pasang tidak bisa menyentuhnya. Dengan catatan dapat berlari kembali jika dibebaskan siswa lain yang tidak jongkok. Siswa yang tersentuh oleh yang pasang maka ia membantu siswa yang tadi pasang sampai semua siswa kena.

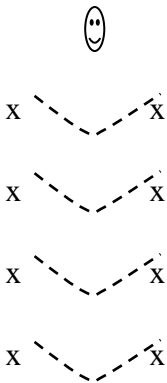

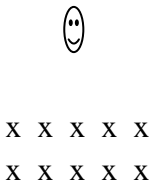
B.Kegiatan Inti (57 Menit)


1. Melakukan gerakan menimang-nimang bola

Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba, siswa mulai menimang-nimang bola, dan diusahakan jangan sampai jatuh. Dilakukukan menggunakan tangan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri.

2. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi

Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa

  	<p>memantulkan bola dengan satu tangan secara bergantian dengan pasangannya. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.</p> <p>3. Melakukan gerakan memantulkan bola dengan berbagai variasi</p> <p>Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan posisi saling berhadapan, setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai memantulkan bola dengan kedua tangan diatas kepala. Selanjutnya masih dalam memantulkan bola, tetapi dengan menggunakan satu tangan secara bergantian. Dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan instruksi.</p> <p>4. Melakukan servis bawah dengan baik</p> <p>Guru menjelaskan tentang teknik servis bawah yang benar dan memberikan contoh. Setelah ada aba-aba (peluit), siswa mulai melakukan servis bawah di lapangan yang sebenarnya, dilakukan secara bergantian dan berulang-ulang.</p> <p>C.Penutup (5 Menit)</p> <p>1. Pendinginan</p> <p>- Setelah selesai melakukan kegiatan inti, siswa disuruh melakukan peregangan otot.</p>	
---	---	--

 XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	<ul style="list-style-type: none"> - Kedua tangan ditarik keatas sesuai instruksi. - Kemudian kedua lengan ditarik kebawah, sambil lengan diayunkan kedepan dan kebelakang dengan kaki lurus. <p>2. Evaluasi</p> <p>Siswa diberikan evaluasi bersama terkait dengan materi yang telah disampaikan dan dipelajari para siswa. Sebelum dibubarkan, siswa berhitung kembali kemudian berdo'a untuk mengakhiri pelajaran.</p> <p>a. Penutup</p>	
---	---	--

V. Alat, Bahan dan Sumber belajar

- a. Kon
- b. Peluit
- c. Bola voli
- d. Net

DATA HASIL *POSTTEST* SERVIS BAWAH

No	Subjek	Pukulan										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Gohan Pramudya	2	3	-	4	2	1	2	-	2	2	18
2	Jumadi	1	2	4	3	-	2	4	2	2	-	20
3	Sapto Nimin	4	3	3	-	4	2	2	3	1	2	24
4	Madan	2	-	4	1	3	2	1	2	1	3	19
5	Roni Mahendra	2	2	-	1	1	2	2	2	-	4	16
6	Guritno Adi	3	2	2	1	-	3	2	1	3	1	19
7	Ponirin	2	4	2	-	3	1	2	2	4	-	20
8	Rahmat Awaludin	-	2	1	2	2	2	3	-	2	3	17
9	Ahmad Zaebani	4	2	-	2	2	3	2	3	2	2	22
10	Aries Setiawan	2	4	4	2	1	-	4	2	3	4	26
11	Alfin Romansah	2	3	1	2	2	3	2	1	-	2	18
12	Gondri Setiawan	2	-	1	3	2	2	1	2	2	-	17
13	Mad Soleh	4	3	4	2	1	2	4	2	1	2	25
14	Paternalis Akbar	2	4	2	-	2	3	1	4	2	3	21
15	Teguh Prayitno	3	4	2	2	4	3	-	1	2	2	23
16	Angga Aprilianto	4	4	3	4	2	2	4	4	3	2	32
17	Barokah	2	3	-	4	2	4	3	2	3	1	24
18	Irvan Pambudi	-	2	3	2	4	2	4	3	1	2	23
19	Muhammad Arifin	2	3	1	-	4	2	3	2	4	1	22
20	Tri Widiarto	4	3	1	2	2	4	3	-	3	2	24
Jumlah												430
Mean												21,5

**HASIL *POSTEST* SERVIS BAWAH
ANTARA KELOMPOK 1 DAN KELOMPOK 2**

No	No. Tes	Nilai	No	No. Tes	Nilai
1	10	26	1	16	32
2	15	23	2	20	24
3	17	24	3	13	25
4	2	20	4	18	23
5	14	21	5	1	18
6	6	19	6	3	24
7	8	17	7	19	22
8	9	22	8	4	19
9	11	18	9	7	20
10	12	17	10	5	16
N = 10	Jumlah	207	N = 10	Jumlah	223

Lampiran Deskripsi Data

		Statistics			
		Kemampuan Awal Kelas Metode Keseluruhan	Kemampuan Awal Kelas Metode Bagian	Kemampuan Akhir Kelas Metode Keseluruhan	Kemampuan Akhir Kelas Metode Bagian
N	Valid	10	10	10	10
	Missing	0	0	0	0
Mean		17.80	10.60	20.70	22.30
Median		17.00	10.00	20.50	22.50
Mode		16 ^a	1 ^a	17	24
Std. Deviation		4.662	7.351	3.057	4.498
Range		15	19	9	16
Minimum		10	1	17	16
Maximum		25	20	26	32

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran Tabel Distribusi Frekuensi

Kemampuan Awal Kelas Metode keseluruhan

Interval Kelas	Frekuensi	Persen
24 - 27	1	10.00%
20 - 23	2	20.00%
16 - 19	4	40.00%
12 - 15	2	20.00%
8 - 11	1	10.00%
Total	10	100.00%

Kemampuan Awal Kelas Metode Bagian

Interval Kelas	Frekuensi	Persen
17 - 20	3	30.00%
13 - 16	2	20.00%
9 - 12	0	0.00%
5 - 8	2	20.00%
1 - 4	3	30.00%
Total	10	100.00%

Kemampuan Akhir Kelas Metode Keseluruhan

Interval Kelas	Frekuensi	Persen
25 - 26	1	10.00%
23 - 24	2	20.00%
21 - 22	2	20.00%
19 - 20	2	20.00%
17 - 18	3	30.00%
Total	10	100.00%

Kemampuan Akhir Kelas Metode Bagian

Interval Kelas	Frekuensi	Persen
31 - 34	1	10.00%
27 - 30	0	0.00%
23 - 26	4	40.00%
19 - 22	3	30.00%
15 - 18	2	20.00%
Total	10	100.00%

Lampiran Uji Normalitas

Test Statistics

	Kemampuan Awal Kelas Metode Keseluruhan	Kemampuan Awal Kelas Metode Bagian	Kemampuan Akhir Kelas Metode Keseluruhan	Kemampuan Akhir Kelas Metode Bagian
Chi-Square	1.200 ^a	.000 ^b	.800 ^c	.800 ^c
df	6	9	8	8
Asymp. Sig.	.977	1.000	.999	.999

- a. 7 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.4.
b. 10 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.0.
c. 9 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.1.

Lampiran Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kemampuan Awal	.001	1	18	.974
Kemampuan Akhir	.608	1	18	.446

Lampiran Uji T dua Metode

Group Statistics

Kelas		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kemampuan Awal	Metode Keseluruhan	10	17.80	4.662	1.474
	Metode Bagian	10	17.70	4.644	1.469
Kemampuan Akhir	Metode Keseluruhan	10	20.70	3.057	.967
	Metode Bagian	10	22.30	4.498	1.422

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Kemampuan Awal	Equal variances assumed	.001	.974	.048	18	.962	.100	2.081	-4.272	4.472
	Equal variances not assumed			.048	18.000	.962	.100	2.081	-4.272	4.472
Kemampuan Akhir	Equal variances assumed	.608	.446	-.930	18	.365	-1.600	1.720	-5.213	2.013
	Equal variances not assumed			-.930	15.852	.366	-1.600	1.720	-5.249	2.049

Lampiran Uji T Pretest-Posttest

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Kemampuan Awal Kelas Metode Keseluruhan	17.80	10	4.662	1.474
	Kemampuan Akhir Kelas Metode Keseluruhan	20.70	10	3.057	.967
Pair 2	Kemampuan Awal Kelas Metode Bagian	10.60	10	7.351	2.325
	Kemampuan Akhir Kelas Metode Bagian	22.30	10	4.498	1.422

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Kemampuan Awal Kelas Metode Keseluruhan & Kemampuan Akhir Kelas Metode Keseluruhan	10	.876	.001
Pair 2	Kemampuan Awal Kelas Metode Bagian & Kemampuan Akhir Kelas Metode Bagian	10	.575	.082

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Kemampuan Awal Kelas Metode Keseluruhan - Kemampuan Akhir Kelas Metode Keseluruhan	-2.900	2.470	.781	-4.667	-1.133	-3.713	9	.005
Pair 2	Kemampuan Awal Kelas Metode Bagian - Kemampuan Akhir Kelas Metode Bagian	-11.700	6.019	1.904	-16.006	-7.394	-6.147	9	.000